Suppl. B

22500532402

Digitized by the Internet Archive
in 2016

https://archive.org/details/b2874858x

HIDROPATHIA

Ó CURA

POR MEDIO DEL AGUA FRIA

SEGUN LA PRACTICA

DE

VICENTE PRIESSNITZ

EN GRAEFENBERG, EN SILESIA, AUSTRIA

POR

R. T. CLARIDGE.

autor de la Guia por las orillas del Danubio á Turquía, Grecia y la India, miembro de la Academia de Arcades de Roma.

TRADUCIDA DEL INGLES.

al

REIMPRESA EN GUADALAJARA POR DIONISIO RODRIGUEZ.

1848.

ES PROPIEDAD DEL EDITOR.

WELLCOME INSTITUTE
LIBRARY
Coll. WellMOmec
Coll.
No.

PREFACIO DEL AUTOR.

Es muy facil concebir, que una cosa tan novelesca y tan estraordinaria como lo es la hidropathia, causase gran sorpresa al público cuando la supo por primera vez. Mucho debe haberse aumentado esta al saber que en Graefenberg, á dos jornadas de Dresde, y distante ocho dias de Lóndres, existe uno de los mayores bienhechores de la humanidad, y el mas sorprendente génio de estas y otras épocas, el fundador ó inventor de un sistema, por el cual prueba sin contradíccion que todas las enfermedades son curables, incluyendo muchas declaradas por la facultad fuera del poder del arte, las cuales se curan con la sola accion del agua fria de manantial, del ejercicio y del aire (aplicada la primera de muchas maneras). Mas de 7,000 dolientes, entre ellos muchos que pertenecen á las clases elevadas de la sociedad, han acudido á este segundo Hipócrates: desde el año de 1829 se han fundado de cuarenta á cincuenta estableciniemtos ú hospitales hidropáticos en diferentes puntos de Alemania, Hungria, Polonia y Rusia, en un principio gobernados por facultativos; se han publicado libros que tratan de esta materia en casi todos los idiomas del continente, habiéndose tambien hecho comentarios en la mayor parte de

los periódicos Alemanes; este descubrimiento, en fin, tan interesante y de tanto valor, pues con él se trata de reformar fisica y moralmente la condicion del género humano tal vez mas, que con ningun otro desde el principio del cristianismo, es lástima que sea enteramente ignorado en Inglaterra. Esto nos ha inducido ha averiguar las causas de hecho tan singular. Craefenberg, puede decirse, que está en una posicion aislada, y que no ha llamado la atencion de los viageros ingleses por no ser tránsito para ningun parage notable, Para ir allí, los ingleses deben separarse de todos los caminos reales; y esta tal vez será la razon de que tan pocos paisanos nuestros sepan el camino de Graefenberg. Confieso que me es muy sensible el siencio que ha guardado el mundo médico y literario sobre tan importante asunto. En nuestro pequeño albergue en Graefenberg, donde habia otros tres ingleses, ademas de mis criados, no se veia ningun paisano nuestro enfermo, siéndonos bastante doloroso, que algunos personages que sabemos están padeciendo enfermedades crónicas, ignoren este método curativo, estando nosotros plenamente persuadidos de que se curarian radicalmente si lo adoptasen; y no podemos, refiriéndonos á lo pasado, dejar de lamentar la reciente pérdida de muchas personas distinguidas que yacen en la tumba, las cuales, si se hubieran enterado de que existia un hombre como Priessnitz, podian en la actualidad ser ornato vivo de su pais.

A hombres como Oitel, Brand, Krober, Kurtz, Ruppricht, Overing, Harnish, Rausse, Raven, Gross, Schnizlein y otros, es deudor el mundo de saber por sus obras las maravillosas cures efectuadas por Vicente Priessnitz, el hombre mas retirado y desinteresado del mundo, el que nunca ha querido que se escribiese una linea acerca de él, y cuyo único modo de dar publicidad á su método, ha sido el árduo de dar salud á los enfermos en descargo de su responsabilidad.

Despues de examinar el mérito de estas curas, de conocer que las otras citadas eran producciones de facultativos y de personas inteligentes, creí que seria en mí un crímen no unir mis debiles fuerzas á las suyas, y publicar los beneficios del sistema que aquellos tan acaloradamente favorecian. La tarea de enseñar á los hombres el modo de prolongar su existencia, de evitar las drogas venenosas, de ser aliviados de sus dolencias y de vivir y morir sin dolor, me proporcionó un placer que aunque ageno de los terminos oscuros usados en la medicina, confieso que no pude resistirlo. En un principio pensé traducir á nuestro idioma una de esas obras, y elegí la del Mundé; pero reflexionado despus, me pareció hacer una complicacion de todas ellas creyendo que el público se inclinaria mas bien á dar crédito á las opiniones de tan superiores y multiplicadas autoridades, que á la asercion razonada de un individuo. Dudé al principio publicar el modo con que son tratadas las enfermedades, como ha hecho el Mundé escepto en casos de poca entidad, estando admitido por todos los que están informados de la hidrophatia que en ello no puede haber muchas reglas independientes de las particularidades del caso que se va á curar; pero como debia esperarse que muchos dudasen de la eficacia de la agua en algunas enfermedades, aunque pudiesen admitirla en otras, al mismo tiempo que los prácticos desearian tal vez informarse de asunto tan importante, determiné al fin adoptar el plan de Mr. Mundé, y para no incurrir en ninguna responsabilidad, he traducido aquella parte de su obra que comprende el modo de tratar los diferentes casos, muy cierto como estoy de que conviene con la presente práctica de Mr. Priessnitz, y que están confirmados por las adquisiciones hechas respecto á ellos.

Las personas que lean los poderosos razonamientos de

los autores citados en las páginas siguientes cuya mayor parte podian ampliamente atestiguar los sorprendentes efectos del agua, preguntarán naturalmenté á su facultativo si tiene noticia de Graefenberg ó de la hidrophatia; á lo cual responderá sin duda negativamente.

Por consiguiente si le hace otra pregunta acerca de la facilidad de ir allá, podemos anticipar la respuesta; esto es en muchos casos á decir al paciente que sobrelleve sus padecimientos como pueda y que continúe con sus drogas deletereas. Pero el doliente que prefiera hacer una peregrinacion al templo de Hygeia, debe fortalecer su ánimo y decidirse á no escuchar ningun argumento que se oponga á su viaje, pues yo nunca manifesté tenia intencion de ir á Graefenberg en ninguna reunion donde fuese totalmente desconocida la curacion por medio del agua, pues se hubieran puesto en práctica toda clase de esfuerzos; se hubiera intrigado con mi familia; hubieran inventado una porcion de calumnias horrorosas á fin de disuadirme; por lo cual nunca dije donde iba á persona alguna que no hubiese estado en Graefenberg, ni á ninguna que no aprobase enteramente mi plan, y que no hablase con respeto del sorprendente descubrimiento de Priessnitz en su modo de tratar las enfermedades.

Hace algunos años que un amigo mio de Graitz (Styria) que habia esperimentado en su misma persona los efectos milagrosos de la eficacia del método que se sigue en Graefenberg, me aconsejó eficazmente que fuese allá; pero como generalmente todos son pródigos en dar consejos, y en recomendar panaceas, no me hizo esto mas que una impresion momentánea y lo desprecié.

Me hizo fijar sériamente la atencion en este asunto un distinguido oficial de marina en Venecia, el cual años antes estaba sumamente consumido por la fiebre de las Indias o-

rientales, tanto que no pudo continuar en el servicio. Mr. Priessnitz, á quien vió en Viena, le aconsejó bebiese agua fria de manantial en gran abundancia, y que la usase constantemente en abluciones esternas; desde entonces no ha dejado de tomar de diez á catorce vasos de agua al dia, bañándose en el Adriático en invierno y verano. Durante este período estaba libre de dolencias, y se puso fuerte y robusto. Viéndome yo atacado de reumatismo y de dolores de cabeza, á cuyos achaques habia estado sujeto la mayor parte de mi vida, mi amigo me aconsejó eficazmente en el invierno de 1840 que siguiese su ejemplo.

En una tertulia en Venecia hablé con uno de los principales médicos que asistia á la corte imperial y á la embajada británica. Preguntándole si sabia algo de Graefenberg me dijo que como en aquel imperio no se permite practicar sin los requisitos necesarios, habia algunos años que se dirigió una queja al gobierno de Viena contra Mr. Priessnitz, de cuyas resultas el consejo Aulico ordenó que él y otros dos facultativos fuesen á Graefenberg á enterarse de lo que habia y que informasen acerca del daño ó de la utilidad del sistema que se seguia allí, &c. Que fué allá, y que su informe, sin entrar en pormenores, fué tal que no solo se permitió á Mr. Priessnitz practicar, sino que fué honrado con la amistad de algunos miembros de la familia imperial.

Proguntándole si creia que aquel método ó tratamiento me seria provechoso, me respondió afirmativamente y me dijo que él mandaba frecuentemente sus enfermos á Graefenberg.

Cuando llegué á Roma, despues de haber estado en cama y encerrado en mi habitacion en Florencia cerca de dos meses, hice lo posible para inducir á un amigo que estaba muy enfermo á que me acompañase á Graefenberg, á lo cual

no quiso acceder sin consultar primero á su médico que era aleman. Respondió á la consulta de mi amigo diciéndole, „está V. demasiado endeble para hacer ahora un viaje tan largo; de lo contrário le aconsejaria que lo empréndiese, porque he estado en Graefenberg, y he visto á Priessnitz emprender curas de que ningun médico se hubiera encargado, y no tengo la mas mínima duda de que cura casi todas las enfermedades mas agudas. Mientras estuve allí, prosiguió, presencié curas de tan estraordinaria naturaleza que me indujeron á creer que Priessnitz debia obrar por inspiraciones divinas". Desesperanzado de persuadir á mi amigo á que fuese, pude lograr que otros compatriotas mios me acompañasen á Graefenberg, aunque yo estaba del todo determinado á ir allá. Solo confieso que á veces desconfié de resultas de lo que me decian algunas personas que encontré en el camino; pero no por esto desistí, y quise ir y juzgarlo por mi mismo.

Al llegar al establecimiento de Graefenberg, estaban ocupadas todas las habitaciones: me ví obligado á ir al pueblo de Freiwaldau, situado al pié de la montaña, donde los estrangeros encuentran seguramente acomodo. La llegada de una familia inglesa en carruaje propio, era un suceso importante que todos debian saber. A la mañana siguiente, bien temprano, dos de mis compatriotas á quienes habia aconsejado que fuesen allí, uno de ellos médico, que habia estado un mes y el otro dos, vinieron á verme y me convidaron á que fuese con mi familia á comer con ellos. Cuando nos vimos me manifestaron que me estarian enteramente agradecidos por haberles aconsejado que fuesen á Groefenberg, añadiendo; „Cuando venimos aquí estabamos envueltos en franela, la hemos dejado para siempre; nuestro apetito es excelente, y sobre todo, dormimos muy bien; nunca nos cansa el ejercicio. Hemos adquirido una fuerza de ánimo casi increi-

ble, y si alguien nos hubiera dicho ahora tres meses que era posible obtenerla, lo hubieramos tenido por una quimera." Añadieron que en su opinion, la franela la abstinencia de la agua, y la ignorancia de su valor en abluciones, eran la causa de que muchos buscasen la salud en climas distintos de Inglaterra, con evidente desventaja de nuestro propio pais.

En la comida habia como de doscientas á trescientas personas de todas edades y de todas las clases de la sociedad; escepto media docena, todos estaban enfermos, circunstancia que ninguno que no estuviese enterado de ella hubiera sospechado. No pude menos de notar con agrado los rostros de todos los que estaban allí y la feliz risa y alegria que rebosaba en todo aquel salon. Espresando mi sorpresa al médico inglés, me dijo: „Dificil le será á V., sin duda creer que hay aquí, á mi parecer cuarenta ò cincuenta personas que, á no ser por Mr. Priessnitz, yacerian ya en la tumba, y no estarian ahora contando sus cuitas; hay quizá doble número que siguiendo otro tratamiento, estarian postrados en sus lechos. Al ver á estas personas no se puede menos de pensar que no es dable compararlas con los enfermos comunes de un hospital; y eso que la mayor parte de ellas habia ido á Graefenberg despues de haber consultado á todos los médicos que pudieron, y de haber infructuosamente tomado aguas minerales en Alemania: que son gente que no abandonaron á sus facultativos hasta que se persuadieron de que no los podian curar, ó cuando vieron que les era inútil seguir sus preceptos: por la mayor parte de estos casos, se puede considerar lo muy adelantada y confirmada que estaba la enfermedad respecto de lo que comunmente se ve en un hospital; pues se hallaba arraigada en sus sistemas para poder aliviarse con la práctica ordinaria de la facultad, porque los mas de ellos eran considerados como incurables. Añadió el medico: „si alguna co-

sa puede aducirse para demostrar que los enfermos pueden vivir, digerir y fortalecerse sin ayuda de las drogas, será el hecho de que en tan gran número de personas, tanto aquí como en Freiwaldau, hay algunas que han estado muchos meses sujetas al tratamiento sin haber tomado antes ni un grano de medicina, lo cual ha sucedido tambien á todos despues de haber venido. Sin embargo, comen con un apetito que á no ser por la virtud disolvente del agua les causaria la muerte por indigestion. Como no se sirve en la mesa vino, ni mostaza, ni pimienta nadie piensa en ellas y es lo mismo que si no existiesen." Cualquiera puede facilmente formarse una idea de la alegria y buen humor que reina en las mesas públicas de los diferentes baños ú otros parajes destinados para recreo y diversion; pero en un hospital donde se encuentran casi todas la enfermedades conocidas en Europa, parece incomprensible reine tal alegria á no haber estado algun tiempo en Graefenberg y esperimentado la virtud deliciosa del agua en el alivio de su dolencia, y la fuerza de ánimo que promueve regularizando las fuerzas digestivas.

„Mirad á ese que teneis á la derecha, dijo el doctor, vino aquí hace dos meses andando con muletas despues de haber estado un año en cama. Su enfermedad, la gota, que es hereditaria y antigua, aun no está curada; pero os dirá que á poco de haber llegado aquí cesaron los dolores, que desde entonces no ha estado ni una hora confinado en su habitacion, que nunca ha gozado de mejor salud. Mirad tambien á la señorita que está enfrente: desde niña tenia escrófulas en la cara y cuello de tal estension ó tamaño que era objeto de compasion á todos los que la veian; ha estado aquí nueve meses, y ahora se halla tan completamente restablecida, que está tenida por la mas bella de la casa.

El oficial que está á su lado padece de una herida en la pierna. Al principio se le fué inflamando hasta llegar á ponerse tan grande como la muñeca de un hombre; los cirujanos opinaron que no le quedaba mas remedio que la amputacion, por lo cual vino aquí y ahora su pierna ha vuelto á su ser natural y muy en breve estará perfectamente curado. Aquella señora que anda con ayuda de un palo, fué traida aquí hace seis semanas envuelta con sábanas mojadas. Habia estado postrada en cama hasta llegar á perder el uso de sus miembros, y se quedó como un verdadero esqueleto. Ahora anda regularmente con su palo, y se espera que dentro de catorce dias ande sin él."

Me mostró un niño que habia perdido el uso de sus piernas de resultas de escrófulas, y que en la actualidad está restablecido perfectamente. Otra persona atormentada durante algunos años por dolor de clavo, ha sanado completamente á los pocos meses de estar aquí. Tambien hay un oficial que se restableció de una hernia, y otras varias personas curadas del reumatismo. „Ese caballero, me dijo, es un general al servicio de Prusia, de ochenta y siete años de edad: vino aquí con muletas dos meses ha, padeciendo de gota. Está curado con el tratamiento, anda ahora por esos montes con la sola ayuda de su baston y tiene intencion de quedarse aquí todo el invierno. Esa señora que vino de Moscou, tiene un niño de tres años, contrahecho de resultas de una enfermedad espinal; hacia cuatro meses que el pobrecito no podia ponerse derecho, ahora juega por ahí y está tan contento como los demas muchachos; al cabo de seis meses estará perfectamente curado." En efecto, tal número de casos estraordinarios me citó mi amigo, de cuyo conocimiento de los hechos y veracidad se puede uno fiar, que no dudé por mas tiempo de las asombrosas relaciones que he oido frecuentemente de las curas efectuadas en

Graefenberg. El salon era alegre y espacioso; pero atento á la comida y asistencia pensé que nada podia haber peor, y que ningun cuartel en Inglaterra podia estar mas desprovisto de lo que se entiende por la palabra *confort* (palabra aun no introducida en el idioma aleman) respecto á los dormitorios. He debatido ahora conmigo la posibilidad de que sean fanáticas todas estas personas. Fanáticas ciertamente eran en todo el sentido de la palabra; ¿pero estarán engañadas? No, no, esto no puede ser; porque allí habia hombres de todas naciones, creencias y profesiones, de talento cultivado, y entre ellos varios de la profesion médica que fueron allí para ser curados ellos mismos y á aprender el modo de curar. Nada sino el método efectivo del sistema podrá inducir á la gente á sufrir las privaciones á que están sujetos allí, y la certeza de ser curados de sus males y restablecidas radicalmente sus constituciones; esto solamente los decide á someterse á semejantes privaciones. Habiendo al fin resuelto ser uno de los pacientes de Priessnitz estaba preparado para cuando viniese por la mañana.

La primera cosa que hizo fué suplicarme me desnudase y fuese al gran baño frio donde estuve dos ó tres minutos. Cuando salí me dió instrucciones que ejecuté como sigue.

A las cuatro de la mañana mi criado me cubrió con una grande manta sobre la cual echó lo que cómodamente podia aguantar de manera que no pudiese penetrar ningun aire esterior. Despues de empezada la transpiracion se la dejó continuar por una hora; entonces me trajo unos zapatos de paja, ciñendome bien la manta al cuerpo, y en este estado de transpiracion bajé al baño frio en el cual estuve tres minutos; luego me vestí y andube hasta el almuerzo, compuesto de leche, pan, manteca y fresas, (las fresas silvestres se producen abundantemente en este pais desde fines

de Mayo hasta últimos de Octubre) á las diez fuí á la ducha, donde estuve cuatro minutos, retiréme á casa, y tomé baños de asiento y de piés, cada uno de quince minutos, comí á la una; á las cuatro fuí á la ducha; á las siete repetí el baño de asiento y el de piés; me recogi á las nueve y media, habiendome cubierto mis piés y piernas con bendajes frios mojados. Continué este método por tres meses y durante este tiempo, andube mas de mil millas. Mientras estuve asi sujeto al tratamiento, gozé mas salud y robustez que nunca en tiempo anterior: el unico efecto visible que esperimenté fué una erupcion en ambas piernas las que por causa de los bendajes no producian dolor. A estos bendajes, á las transpiraciones y á los baños, es á lo que soy deudor de la total desaparicion de mi reumatismo.

Mientras estuve cerca de Priessnitz, cuando por consiguiente no tenia cuidado ninguno del resultado, determiné, por via de esperimento, un dia lluvioso no quitarme la camisa que estaba completamente empapada, y en este estado permanecí hasta que se secó enteramente: la consecuencia fué que á la noche me desperté con dolor de cabeza, la lengua seca y la garganta llagada levemente: á la mañana siguiente no sentí apetito, y si una laguidez general en todo el cuerpo. Por el siguiente detalle de este caso el lector juzgará cuan facil y generalmente se cura por la hidropathia una frialdad de esta naturaleza. Me puse el cobertor ó manta, y fuí al baño frio, segun costumbre, y por la tarde fuí envuelto en una sábana mojada por una hora, hasta que empezó la transpiracion: entonces tomé el mèdio baño (no enteramente frio), y fuí frotado por dos hombres por el espacio de veinte minutos: me pasie como de costumbre: por la noche al acostarme me puse vendajes ó paños en el pecho y en la nuca; repetí lo mismo el segundo dia, y al tercero estaba perfectamente restablecido.

Toda mi familia ha esperimentado los benéficos efectos del tratamiento de Mr. Priessnitz. La noche anterior á nuestra partida los enfermos dieron el baile anual en la gran pieza del establecimiento, en conmemoracion del cumple años de Mr. Priessnitz: se iluminaron por dentro y fuera todos los edificios de su pertenencia á su costa. En esta reunion compuesta de unas 500 personas, ninguna estraña hubiera creido, si no estuviese enterado de la verdad del hecho, que los concurrentes eran casi todos enfermos. Se veia frecuentemente caèr lágrímas de los ojos de muchos que bendecian al grande hombre por haber restablecido su salud; no he presenciado escena mas interesante que el ver á enfermos que por su medio habian recobrado el uso de sus miembros, acercarse á él, tirarle sus muletas á los pies y reunirse al laverinto del wals. Monarcas podian haber envidiado sus sensaciones en semejantes ocasiones.

El dia de nuestra partida hacia tres meses que estabamos en Graefenberg, durante el cual tiempo nuestra salud se restableció perfectamente; adquirimos la costumbre de vivir mas modestamente, de hacer mas ejercicio, de beber mas agua y de usarla mas francamente en abluciones esteriores de lo que estábamos acostumbrados; y yo puedo añadir que he aprendido como aliviar el dolor, como resguardarse de la enfermedad, y lo espero, como preservar la salud. Mi morada en Graefenberg será siempre un objeto de congratulacion para mi, y estará entre mis mas felices recuerdos. Si sirvo de instrumento para aliviar los padecimientos de mis paisanos; si consigo poner en su noticia un sistema calculado que les sea esencialmente benéfico; si puedo hacer prevalecer en ellos que participen de los efectos venturosos del tratamiento de que yo mismo he participado, se aumentará en un grado no comun mi satisfaccion, resultado de mi residencia en Graefenberg.—*R. T. C.*—131, Picadilly, enero 21 de 1842.

Hidropathia.

CAPITULO I.

Desde que reina la paz en Europa, los errores y las preocupaciones se han ido corrigiendo progresivamente, y las ideas de los hombres se han dirigido al mejor cultivo de las ciencias. Se han efectuado reformas y mejoras en la economía política, en la jurisprudencia, en la teología, en la química, en las matemáticas y en la frugalidad, que forman al presente la ocupacion del género humano. Tan solo en la medicina ninguno se aventura á proponer un cambio, y esta ciencia por consiguiente se ha dejado como si no fuese posible perfeccionarla. El resultado de este estado de cosas es, que la medicina se apega á sus errores y preocupaciones. Las gentes en general piensan que todo está bien, y toman con ciega confianza lo que el médico les prescribe como si sus órdenes (por incompetente que su dispensador sea) constituyesen una ley de la cual seria un sacrilegio separarse. Asi el enfermo vacila entre la curacion y la muerte. Desde el tiempo de Hipócrates al nuestro, se han dicho muchas y muy buenas razones en favor del agua fria como auxiliar para la ciencia peligrosa de la medicina en las enfermedades curables; pero este método era demasiado sencilló para encontrar apoyo en la profesion médica, y por consiguiente por cierto tiempo el uso de la agua fué enteramente abandonado. Hace poco que un hombre se levantó de la oscuridad para hacer uso de este elemento medicinal que se habia abandonado, y ha logrado la suficiente consideracion para convencer á los que al principio despreciaron sus pretensiones, sin mas razon que oponerse á su perpetuado sistema de falacias. En una parte retirada de

los dominios de Austria Vicente Priessnitz (nombre que ya pertenece á la historia por su estràordinario talento) da pruebas evidentes diarias de la excelencia de su método en los casos mas obstinados y dañosos de las enfermedades agudas y crónicas; todas pueden curarse con el solo auxilio del aire puro, del ejercicio y del agua fria; vamos á demostrar que el uso de esta ha sido como otros muchos descubrimientos útiles y apreciables, conocidos particularmente, pero sufriendo durmiese en el olvido debido á la preocupacion y negligencia de aquellos que lo debian llevar adelante.

AGUA.

Hechos para demostrar el valor que en todas las naciones en todos tiempos han dado al uso de la agua fria.

Los espartanos bañaban sus hijos acabados de nacer en agua fria; y los hombres de Esparta, tanto los viejos como los jóvenes, se bañaban en todas las estaciones del año en el Eurotas, para endurecer las carnes y fortalecer los cuerpos.

Píndaro, en una de sus odas olímpicas dice, que la mejor cosa es el agua, y despues el oro.

Habia un proverbio griego en que se decia que el agua del mar curaba todas las enfermedades,

Pitágoras recomendaba mucho á sus discípulos el uso de los baños frios para fortificar el cuerpo y el talento.

Hipócrates el padre de la medicina, que añadió las frotaciones en el baño frio estaba acostumbrado á usar agua fria en la curacion de la efermedades mas graves.

Hipócrates fué el primero que observó que el uso de agua caliente enfriaba, mientras el agua fria calentaba.

Los macedonios creian que el agua caliente era muy e-

nervante; y asi sus mugeres se lavaban con agua fria despues de paridas.

Virgilio llama á los antiguos habitantes de Italia, raza de hombres endurecidos y austeros que sumergen á sus criaturas acabadas de nacer en los rios, y los acostumbran á la agua fria.

Plinio hablando de A Musa que curó á Oracio por medio del agua fria, dijo que habia concluido con el uso de drogas confusas; y tambien alude á ciertas curas maravillosas que llamaron la atencion por haberse efectuado con agua fria.

Celso llamado el Ciceron de los médicos, usaba del agua para el dolor de cabeza y estómago.

Galeno, en el siglo segundo, recomendaba los baños frios, tanto á los que gozaban de salud, como á los que estaban padeciendo ataques febriles.

Carlomagno, sabedor de la salubridad de los baños frios, animaba á todos los de su imperio á el uso de ellos, é introdujo en su corte por via de diversion la costumbre de nadar.

Miguel Savonarola, médico Italiano, en 1462 recomendaba el agua para la ophtalmia y la hemorragia.

Cardanus, de Pavia, en 1575, se quejaba de que los médicos de su tiempo hacian muy poco uso del agua fria en las curas de la gota.

Van der Heyden, doctor de Gent, dice que en 1621, reinando una disenteria epidémica, curó á muchos centenares de personas con solo el agua fria.

Short, doctor inglés, en 1656, refiere que habia curado con agua fria la hidropesía y las mordeduras de perros rabiosos.

El doctor Fleyer publicó una obra titulada, "Psychrolusie„ (instrucciones sobre el uso de los baños frios) en 1702; desde aquel periodo hasta 1722, se hicieron seis ediciones.

El doctor Hancock, en 1722 dió al público un tratado

antifebril sobre el uso del agua fria haciéndose en solo un año siete ediciones.

Y sobre todo, el mérito de heber establecido el uso del agua bajo unos principios exactos pertenece incontestablemente á nuestros paisanos, entre ellos Currie que publicó en 1797. una obra sobre la eficacia del agua, la cual puede considerarse como la base científica de la Hidropathia.

Tissot, en sus „Consejos al pueblo" publicados en Paris en 1770, demuestra la importancia del agua fria.

Hoffmann, el famoso doctor aleman, dice que si hay alguna cosa en el mundo que pueda llamase una panacea, es solamente el agua fria: primero, porque no daña á nadie: segundo, porque es el mejor preservativo para las enfermedades: tercero, porque cura los dolores y enfermedades crónicas, y cuarto porque corresponde á todas las indicaciones.

Hahn, que nació en Silestia en 1714, escribió una escelente obra acerca de las curas con el agua, la cual últimante se encontró en un estante comprado por el profesor Oertel por poco mas de un penique. Esta obra se reimprimió, y es interesante para todos los que con séria atencion observen el cambio moral que segun se calculà debe efectuar la curacion de las enfermedades por medio del agua.

Evan Hahnemann, padre de la Homeophatia, en una obra impresa en Leipsic en 1784, recomienda el agua fria, sin la cual dice, que las úlceras muy atrasadas no se pueden curar, y agrega que si exsiste algun remedio *es el agua.*

En la obra del doctor Hahn se dice que el padre Bernardo, fraile capuchino de Sicilia fué á Malta en el año de 1724, é hizo con el agua las curas mas admirables: lo cierto es que su fama se estendió por toda Europa. Usaba del agua helada interior y esteriormente, y hacia á sus enfermos que comiesen poco: hizo uua proposicion de que si los médicos que asistian á cien personas enfermas curaban cuaren-

ta él tomaba á su cargo curar sesenta con seguridad y facilidad y en menos tiempo. Sus curas con agua helada se efectuaban tan bien en invierno como en verano. Se cita un caso de un hombre de 29 años de edad que estaba á las puertas de la muerte de resultas de una calentura, el cual le curó solamente con agua fria.

Los eméticos y los purgantes son sin duda un remedio, pero por cierto tiempo solamente. Los facultativos ven que se descargan, y los suponen reemplazados para la transpiracion; pero no perciben que la debilidad de los órganos digestivos, ocasionada por este método, viene á ser un nuevo origen de enfermedad; cuando por el contrario, el agua es el remedio que contiene de una vez las propiedades disolventes y fortificantes que al parecer se neutralizarian unas con otras, á no tener cada dia la evidencia de lo contrario. Varios Médicos, entre ellos Oertel, han reconocido en el agua fria esta doble virtud, que sus prácticas han confirmado constantemente; pero de todos los métodos de suministrar el agua fria, el de Priessnitz me parece ser el que merece la preferencia. Ataca mas enérgicamente los humores viciosos, y los quita mas pronto de sus posiciones, en virtud de sus numerosas modificaciones en el uso de la agua. Su superioridad es especialmente notable en el modo de la transpiracion que le pertenece esclusivamente. Por este descargo, agotados los humores morvidos, se puede decir mucho, como ya se ha observádo, acerca de la ropa.

Sin hablar de su forma que no está muchas veces en armonía con los fines del sistema ¿cuántos males deben resultar de la cantidad de ropa con que se carga el cuerpo? Deseamos resguardar la cutis del aire frio y concentrarle el calor que siempre está exhalando, y completar así lo que los baños calientes, licores espirituosos, la necesidad de ejercicios y los alimentos pesados han principiado tan bien. No per-

cibimos que por tener el cuerpo caliente se debilite la cutis, y se haga tan sensible á los cambios esteriores, que estemos siempre obligados á aumentar el grueso y número de ropa; y últimamente, llega tiempo en que ya no se puede agregar mas á la que ya se tiene puesta. Entonces las personas débiles é irritables, lo cual diariamente se aumenta, dan gracias á nuestros sistemas erróneos, se quedan en casa sin conocimiento de los innumerables inconvenientes á que los espone semejante resolucion, y sin saber que lavandose el cuerpo tres ó cuatro veces con agua fresca quedarian hábiles para dejar sus habitaciones calientes, abandonar las franelas, y esponerse sin el mas mínimo peligro á los saludables efectos del aire frio.

Priessnitz refiere el caso de una señora de alta categoría, que habia evitado el aire fresco hasta tal grado, que no podia existir sin estar al lado del fuego, y muy bien arropada; habia procurado tener calientes las dos habitaciones por donde tenia precisamente que pasar para ir á la suya. Allí recibia diariamente la visita del médico que se habia encargado de calmar la estrema irritabilidad que sufria.

Este médico, y varios compañeros suyos, no habiéndoles sido posible persuadirla á que dejase su habitacion, y cansados de sus eternos caprichos, la abandonaron á su infeliz suerte. En este estremo apeló á Priessnitz, el cual con los baños frios, y con la aplicacion de paños mojados en el cuerpo, le prescribió al cuarto dia, con tiempo lluvioso, que saliese á dar un paseo de media hora, del cual volvió buena á su casa y bastante acalorada.

La enervada molicie y delicadeza de las costumbres modernas pintadas en esta anecdota, es lo que presenta el mayor obstáculo al uso de la agua fria. El hombre busca las impresiones agradables y evita aquellas que no tienen el atractivo del placer; pero discurriendo un poco conoceria que

la sensacion desagradable que teme, es momentánea y que cuando se haya convencido de que le asegura la salud mental y corporal, muy pronto le serán agradables,mientras que sujetándose al goze de los sentidos trae en pos de sí la debilidad y el disgusto. No pudiendo cambiar la naturaleza de los elementos que habitamos, debiamos endurecer nuestros cuerpos, familiarizarnos con la intemperie de las estaciones, y tornarlas en beneficio de nuestra salud. De nada le sirve al hombre que su fortúna le permita cambiar de clima y buscar un cielo mas templado si es afeminado, se parece á la señora de que habla Priessnitz, que mientras mas arrimada estabá al fuego, mas frio esperimentaba; el aire, mientras mas caliente, la enervaria cada vez mas.

Otro obstáculo para el uso esterno del agua fria, es la falsa creencia de que el frio es el orígen de muchas enfermedades. La gente no puede entender que un baño frio seguido de un buen ejercicio, conserva los piés cálientes, y que no hay otro método mas seguro para preservarlos del frio.

La misma incredulidad reina con respecto al efecto revulsivo de los baños frios de pies; sin embargo, nada hay mas probado que su eficacia soberana para aliviar los dolores de cabeza. Todos saben que despues de haberse lavado la cara y manos en agua fria, se siente en aquellas partes un calor mas agradable que el del agua caliente. ¿Quién no ha esperimentado que despues que cualquier parte del cuerpo ha estado espuesta á la lluvia y á la nieve, le sobreviene, pasado el frio, un calor muy ecsesivo? ¿Y quién no ha esperimentado lo contrario con el uso del agua caliente? Cuando nos lavamos el cuerpo con agua fria debe ser pronto, y no perder mucho tiempo en vestirse, y despues hacer ejercicio.

Se debe evitar el lavado cuando las partes están frias, porque entonces la reaccion ó reproduccion del calor es mas lenta. Estas preocupaciones evitan que las personas mas de-

licadas se resfrien aunque su cútis esté tan sensible como si no hubiese estado acostumbrado al uso del agua fria. El profesor Oertel fué el primero que publicó las sorprendentes curas que se habian efectuado en Graefenberg, y fué seguido por Brand, Kroeber, Kartz, Doering, Harnish, y muchos otros que con sus escritos contribuyeron á establecer la reputacion de Priessnitz, el cual por medio de las varias formas con que administra el agua, ataca todas las enfermedades mas dificiles de curar, y con mucha frecuencia restablece la salud de los que han sido declarados incurables. Todos estos escritores declaran que no hay ningun remedio mas calculado para atacar los humores mórvidos y espelerlos que el agua fria aplicada así; confianza ilimitada, constancia invariable, obediencia sumisa á todas las prescripciones, y una rigorosa abstinencia de todas las drogas y otras sustancias prohibidas, son los únicos medios para asegurarle buen éxcito.

Concluiré con las palabras de un médico de Ghent, en Bélgica. Despues de atestiguar lo que habia presenciado en Graefemberg por espacio de seis semanas, dice: „El agua cura todas las emfermedades que puedan llegar á curarse con el auxilio de la medicina, y será asi aun cuando llegue á estar mucho mas adelantada que en el dia. Yo no tengo duda de que llegará el tiempo en que la medicina será una letra muerta, como el latin hoy dia, y cuando se hable de drogas, se refiera á ellas como á cualquier otro objeto que el tiempo ha dejado enteramente en descanso."

CAPITULO 2.°

VICENTE PRIESSNITZ.

El padre de Priessnitz poseia una pequeña alqueria en

la cual está situado el establecimiento á que nos referimos. Educó á su hijo con arreglo á los tiempos y al paraje en que vivia, y aun esto tal vez fué limitado de resultas de la ceguera á que quedó reducido en sus avanzados años y por tener Priessnitz un tio clérigo, de manera que siendo todavia muy jóven se hizo cargo de su familia y de la alqueria. Se dice que un paisano que solia curar con agua á los animales, y algunas veces á la gente del campo fué animado por el anciano Priessniz; que este le instó á que instruyese á su hijo y de aquí adquirió Vicente Priessnitz las primeras ideas de curar con agua fria. Parece que Silesia esta destinada por la Providencia á ser el paraje desde donde este beneficio de la humanidad debia estenderse á todas las naciones; porque en el año de 1730. el gran doctor Kakn, que residia en Schercidnitz á unas 30 millas de Graefenberg, escribió un libro sobre las virtudes del agua fria tanto para beberla como para curar las enfermedades; pero como el libro no se imprimió hasta que fué encontrado en una biblioteca por el profesor Bertel, en Babiera, es dudoso que Priessnitz tuviese noticia alguna de él. En su juventud estando ocupado en cegar heno, un caso impensado que le sucedió fué la principal causa del descubrimiento de uno de los mayores beneficios para la humanidad doliente: un caballo le dió una coz en la cara, que le hizo caer, y pasandole el carro rosando el cuerpo le quebró dos costillas. Se llamó á un cirujano de Friwaldau, el cual declaró que nunca se curaria de modo que pudiese volver á trabajar. Habiendo siempre tenido gran presencia de ánimo y una firmeza no comun, el jóven Priessnitz, no gustandole el pronóstico del cirujano, y teniendo algun conocimiento del método con que se curaban heridas leves con el agua fria, determinó hacer un esfuerzo para curarse. Para efectuar esto, su primer cuidado fué reponer las costillas en su lugar; esto lo hizo echándose contra una mesa ó silla, apretando el abdómen con toda su fuerza y sufriendo el resuello todo lo posible

para poder dar estension al pecho. Está dolorosa operacion tuvo el éxito que esperaba; fueron repuestas las costillas otra vez en su sitio, se aplicó paños mojados en todas las partes lastimadas, bebiendo agua con abundancia, comiendo escasamente y quedando en perfecto reposo: á los diez dias podia salir, y al cabo de un año ya se dedicaba á sus ocupaciones en el campo.

La fama de esta estraordinaria cura se esparció pronto por todas partes entre sus vecinos, y estos desde entonces venian á consultarle cuando ocurria algun caso. Fue poco á poco perfeccionando su método y aplicándolo á todas las enfermedades, ensayándose con las del ganado: por sus nuevos resultados adquirió nuevos conocimientos de las virtudes del agua y se aventuró á casos mas sérios. Pronto le adquirió esto un gran nombre, de manera que siempre estaba su casa llena de personas ricas y pobres pidiéndole que los curase. Poniendo atencion en todas las enfermedades con ojo observador y entendimiento examinador, adquirió pronto el conocimiento necesario para descubrirlas por sus síntomas, no administrando otro remedio mas que agua de manantial, ní mas teorías para confundir su imaginacion, ni mas guia que la naturaleza que le hablaba mas claro porque no había arte que le ahogase la voz. No tardó mucho en concebir el presente sistema de dieta y el método de tratar las enfermedades, y halló con las varias aplicaciones del agua, el camino de remediar la mayor parte de los males corporales que nos hacen perder la felicidad en esta vida.

Habia efectuado tantas curas en gran número de personas, que los médicos resolvieron poner término á su charlataneria (segun ellos decian) denunciándolo á las autoridades de Viena, alegando que los secretos de que usaba en las abluciones contenian propiedades médicas capaces de produsir admirables curas; y siendo esto verdad estaba sujeto á la

urisdiccion de la ley. Los ingredientes fueron examinados, y quedó probado ante los tribunales la falsedad de sus acusaciones, respecto á cierta cura de un molinero. Este hombre habia sido mártir de la gota por muchos años. Su médico dijo que le era deudor de su salud, cuando realmente quien lo habia curado era Priessnitz; mandando al molinero que declarase quien lo habia curado, respondió que los dos lo habian curado; el doctor su bolsillo; y Priessnitz la gota: esto dió lugar á que se burlasen del doctor, y puso fin á todas las cavilaciones de la facultad.

El gobierno de Austria, tal vez el mas celoso de Europa en no permitir la reunion de gente por ningun motivo, y particularmente hostil á los charlatanes que no fuesen personas autorisadas, envió una comision inquisitorial á Graefenberg. Esta comision se convenció de que los únicos agentes que se habian empleado para la cura de las enfermedades eran el agua fria, el aire y el ejercicio; y adquirió tal evidencia de sus benéficos efectos y de las curas maravillosas de toda enfermedad, aun en su muy avanzado grado, que de resultas de su informe el gobierno facultó á Mr. Priessnitz para que continuase sus laudables operaciones. Desde entonces ha sido honrado con la amistad de algunos de la familia real, y de muchos señores de primera categoría del imperio.

Desde que principió su método curativo hasta el presente, no menos de 7000 personas han estado en Graefenberg para que las asistiese (es decir desde 1829 á 1842). En estos no están incluidos el gran número que habia curado antes de haberse dedicado enteramente á esta ciencia, ni sus vecinos, á quienes estando todavia encargado de su hacienda curaba asiduamente.

El autor de este libro ha presenciado el siguiente caso cuando estuvo en Graefenberg. Un caballero (Mr. Aubreil), que habia perdido á su esposa y dos hijos fué atacado de fiebre cerebral. Mr. Priessnitz le ordenó un baño tibio, que

tomó sentado, siendo frotado por dos hombres que se mudaban alternativamente. El resultado fué ponerse furioso, pues con dificultad se podia hacer que estuviese quieto en el baño. En los casos ordinarios esta enfermedad cede al método en dos ó tres horas, pero en el presente el paciente se quedó sin habla. Mr. Priessnitz, con toda la serenidad que le es tan característica, dijo que lo tuviesen en aquel estado hasta que hablase mucho ó se quedase dormido. Esto último sucedió despues de estar en el baño nueve horas y media; és decir se comenzó á la una del dia, y el paciente se quedó dormido de la fatiga á las diez y media de la noche; entonces lo metieron en cama y al dia siguiente la fiebre lo habia abandonado; aunque endeble, podia andar. No habia ocurrido caso igual en Gráefenberg en cerca de tres años..

El primer cuidado de Mr. Priessnitz es aliviar á los enfermos de los dolores, para que por sí puedan tomar el aire y hacer ejercicio. Hasta que punto se logre este objeto se puede juzgar por la circunstancia de que de 500 á 600 enfermos, número usual de los que están á su cargo, no se suele ver una docena de ellos en cama á un mismo tiempo. Si tienen calentura, nunca ninguno ha hecho cama, ni se ha quedado en su habitacion por mas de dos ó tres dias, excepto en caso de tifus, enfermedad que generalmente necesita doce ó catorce dias para desarraigarse, pero pocas veces por mas largo tiempo. La misma observacion se aplica al reumatismo. Si el paciente logra llegar á Graefenberg, puede estar seguro de su pronto alivio que en otra parte se llamaria una perfecta cura, y de las que se repiten muchas veces al año; pero esta debe considerarse como si la enfermedad estuviera en su principio, pues el objeto de Mr. Priessnitz es desarraigar del sistema la causa de la enfermedad.

Lo que en Graefenberg se entiende por curar, es dejar al cuerpo en un estado perfecto, una cura radical del orígen de la enfermedad.

Las lecciones de Hipócrates, y los comentarios de Galéno,

son indiferentes á Priéssnitz; protesta contra los ingeniosos sistemas que se disputan el derecho de vida ó de muerte sobre el género humano; no conoce otros remedios que el agua, el aire, el ejercicio y el régimen; así no ha levantado ninguna ara contra las aras en que la humanidad es sacrificada diariamente. Su teoría no está escrita en ninguna parte. El conocimiento del pulso, la inspeccion de la lengua bases del diagnóstico y del pronóstico, orígenes de numerosos engaños, no le son necesarios. No examina los reinados de la naturaleza, sino para distinguir los alimentos de las medicinas, y escluye todas estas de su método. Los alimentos y las bebidas parece ocupar esclusivamente su atencion.

Al presente (1841) hay en Graefemberg y en Freiwaldan asistidos por Priessnitz, una archiduquesa, diez príncipes y princesas; mas de cien condes y otros títulos; militares de distintas graduaciones; varios médicos, profesores, abogados, &c., en todo mas de 500 personas.

Además de los muchos establecimientos hidropáthicos que se han abierto en varias naciones, Alemania solamente cuenta con mas de 50.

CAPITULO. 3.°

EL MÉTODO HIDROPÁTHICO.

Ahora se pregunta ¿qué enfermedades se curan con el método ó tratamiento de Mr. Priessnitz? En este particular anotaré la opinion de Roussé, autor de una escelente obra sobre la Hidropathia, de la cual se han hecho varias ediciones. Dice, pues; "es imposible que un hombre se muera de una enfermedad aguda, que le haya dejado suficiente fuerza para permitir que el agua produzca su reaccion, como desde el principio de su enfermedad haya sido curado por el método hidropáthico. Todo el que no tenga conocimiento de la cura con agua, naturalmente dudará de su admirable poder, y cualquier facultativo cuando piense en el número de dolientes de enfer-

medades agudas que han perecido entre sus manos, podrá tal vez reirse del nuevo sistema del agua."

El profesor Mundé, que fue perfectamente curado de una dolorosa enfermedad durante su residencia en Graefenberg, recolectó hechos suficientes para formar una obra de sumo interes á cerca del sistema que allí se adopta, del cual hemos nosotros escrito largamente. Enumera muchas enfermedades, cuya cura ha presenciado él mismo; entre ellas, la gota, el reumatismo, el dolor de clavo, la hernia, la syphilis, las almorranas, las hipocondrias, las fiebres de todas clases, las inflamaciones, el cólera, el dolor de tripas, &c.; y añade, que en todos los achaques, en cuya estirpacion la medicina conocida era mas ó menos fuerte, el método de Graefenberg triunfa diariamente. Las siguientes son observaciones del profesor Mundé, acerca de la cura con el agua. — Priessnitz sostiene que todas las enfermedades que no son ocasionadas por incidentes, nacen de los humores viciosos, que él llama sustancias malas: de esto resulta ó el general trastorno del sistema, ó el desórden de algunos de los órganos: por consiguiente, el objeto de su método curativo es espeler las malas sustancias y reponerlas con buenas. Los médios que Mr. Priessnitz emplea para obtener este objeto son, aire acuoso, aire puro, ejercicio y régimen.

Son varias las causas que producen los humores viciosos; las principales son, los alimentos de mala calidad, el ecseso en los de buena, la supresion de la transpiracion, la falta de ejercicio, y las pasiones morales cuando obran violentamente sobre el sistema; tales son el enfado, la pena, los cuidados, la melancolía. Priessnitz tiene por dañinos todos los alimentos agrios, y tambien toda clase de especias, el alcohol, el gengibre, el café, el vino y licores espirituosos, cuya propiedad es solo atraer y estimular las malas sustancias; el chocolate, los ácidos, la pimienta, la mostaza y el pescado salado les está prohibido á los que asiste. Priessnitz no se opone á los alimentos indigestos como toda clase de carne, aunque sea de cerdo, ánsares, patos y todo alimento farináceo; pero á los que tienen el

estómago delicado les aconseja un uso moderado de ellos. La ecsesiva comida, aunque sea fácil de digerir, forma sustancias en grande cantidad y demaciado gruesas, que es el medio de acarrear las enfermedades, pero en la mayor parte de los casos no se digiere, queda en el estómago é intestinos, y con su corrupcion produce sérias incidencias; las indigestiones son frecuentemente la causa de la muerte.

EL REVERENDO JOHN WESLEI. A M. publicó una obra en 1747 (un siglo hace) que se reimprimió hasta treinta y cuatro veces, titulada "Física primitiva ó método fácil y natural de curar las enfermedades". Despues de hablar del modo con que deben aplicarse las drogas al género humano, de los misterios en que está envuelta la ciencia médica, y de la interesada conducta de los médicos; el reverendo caballero dice que estaba plenamente convencido del poder curativo del agua: por la larga lista que ha publicado, y que va en seguida, será evidente que creyó al agua capaz de curar casi todas las enfermedades á que está espuesta la naturaleza humana.

El método comun de componer y de acordar las medicinas, no puede nunca conciliarse con el sentido comun. La esperiencia nos ha demostrado que existe una cosa que cura las mas de las dolencias, al menos tambien como otras veinte juntas, ¿para qué agregar las otras diez y nueve? ¡Solo para hacer subir la cuenta del boticario! Eso seria prolongar la enfermedad para que este y el médico pudiesen partir las utilidades.

¿Cúantas veces con los medicamentos compuestos de drogas de calidades opuestas se destruyen del todo las virtudes de ambas? ¿Y cúantas veces esta mezcla destruye la vida cuando pudo haberse preservado? Esto ocasionó el mucho cuidado que tenia el gran Boheraave con la mezcla de las cosas sin evidente necesidad y sin la plena prueba del efecto que producirian mezclándose, como tambien del que producen cuando se suministran solas. Hai, y lo demuestra, muchas medicinas que tomadas separadamente son buenas, y compuestas no solo pierden su principal fuerza, sino que llegan á ser un veneno fuerte y mortal. Recomendando á sus imitadores el uso

del agua, dicé Mr. Wesley que los baños frios curan á los párvulos las siguientes enfermedades:

Convulsiones, tos, piedra.	Barrillos y ronchas.
Inflamaciones de los oídos, ombligo y boca.	Supresion de la orina.
Raquitis.	Vómitos.
Inflamaciones cutáneas.	Falta de sueño.

Agrega además que el agua cura frecuentemente todos los males nerviosos y paralíticos. En particular:

Asma.	Agitacion en su principio.
Calenturas de todas clases.	Seiática, escorbuto.
Atrofia.	Hinchazon de las articulaciones.
Ceguera.	Piedra en el riñon.
Caneros.	Torpeza de miembros aun cuando se haya perdido. el uso de ellos.
Sangre coagulada de cicatrices.	Tétano.
Tos convulsiva.	Hidropesia de vientre causada por el viento.
Tisis.	Vértigos ó vahidos de cabeza.
Convulsiones.	Mal de S. Victor.
Toses.	Vigilia.
Complicacion de destemplanzas.	Ulceras varicosas.
Dolores convulsivos.	Flores blancas.
Sordera.	Fiebre ética.
Hidropesia.	Dolores histéricos.
Epilepsia.	Ensueños ó pesadilla.
Fiebre violenta.	Inflamaciones.
Gota.	Pujos de vientre ú orina.
Pérdida del habla, sabor, apetito y olfato.	Cojera.
Dolores nefríticos.	Reumatismo.
Palpitacion de corazon.	Raquitis.
Dolores de espalda; coyunturas y estómago.	Lepra (la vieja.)
Fracturas.	Letargo.
Sofocacion.	

El agua evita el aumento de las siguientes enfermedades hereditarias.

Apoplegias.	Consuncion ó etiquez.
Asmas.	Sordera.
Cegueras.	Gota.
Lamparones.	Reumatismo.
Melancolía.	Piedra.
Perlesias.	

El beber agua evita generalmente las

Apoplegias.	Asmas.
Convulsiones.	Perlesias.
Gota.	Piedra
Alferecias histéricas.	Temblores.
Locura.	

A esto debian acostumbrar á los ninos desde la cuna. Entonces encontramos las siguientes prescripciones. *Para el asma.*—Un cuartillo de agua fria todas las mañanas lavarse inmediatamente la cabeza y baños frios. *Raquitis en los niños.*—Basta meterlos en agua fria todas las mañanas.

Para evitar la apoplegia.—Baños frios y no beber otra cosa que agua fria.

Calentura.—Un baño fresco antes que entre el frio.

Canero en el pecho.—Con solo los baños frios se han curado á muchos; há curado á la señora Bates, natural del pueblo de Leicestershire, de un canero que tenia en el pecho, consuncion seiática y reumatismo que padecia por espacio de años.

Colico histérico—La señora Watts, con haberse bañado veinte y dos veces en un mes, quedó enteramente curada de un cólico histérico, de desmayos, de movimientos convulsivos, de un continuo sudor y vómitos, de dolores en todos sus miembros, de dolores de cabeza y de una total inapetencia.

NOTA. Generalmente cuando se necesitan los baños frios para curar cualquiera enfermedad, tambien es preciso beber agua para evitar la recaida.

Para evitar los malos efectos de un resfriado—En el momento en que una persona entra en su casa con los piés y manos casi helados, métalos en una vasija de agua de la mas fria que se pueda obtener, y téngalos hasta que empiesen á calentarse lo cual acontecerá dentro de un minuto ó dos. Este método tambien evita los sabañones.

Consunciones.—Los baños fríos han curado consunciones muy arraigadas.

Convulsiones.—Baños frios.

DROGAS.

Todo cambio, por benéfico que sea, encuentra muchos obstaculos. ¿Con qué engaños se persuadió en un principio al género humano para que se sometiese al uso de drogas venenosas? Se ha mejorado despues de su introduccion? No, muy al contrario.

Millones de personas han acabado con las drogas perniciosas; y acabaran muchas mas si no se efectúa una reforma. El hombre, como los demas séres orgánicos, debia vivir segun las leyes naturales casi sin dolor, y morir de muerte natural; es decir, sin dolencias ni padecimientos de ninguna especie; pero entre nosotros casi todos fallecen de resultas de las drogas venenosas, de los licores que embriagan, de los alimentos adulterados, y de la falta de agua, aire y ejercicios.

Toda enfermedad aguda es un ataque de la naturaleza para espeler las causas de la verdadera enfermedad; y su cura radical es solamente posible separando la causa por medio del agua. Por medio de las drogas y sangrias las enfermedades agudas pasan á ser crónicas; y estas solo la hidropathia puede curarlas, consiguiendo cambiar el mal crónico con erupciones que se curan por medio del agua. Un ofi-

cial del ejército prusiano fué curado radicalmente en Graefenberg de una complicacion de males, que quedaron admirados todos los médicos á quienes él habia antes consultado. La primera crísis fué dolorosa é incómoda en estremo; el reumatismo volvió á las partes donde ya lo habia sentido; su pié que años anteriores habia sufrido de resultas de la coz de un caballo le dolia mucho; sus manos y piés se incharon, poniéndose de un tamaño doble del ordinario. Cualquiera hubiera suspendido los baños hasta que esta cediese; pero no se hizo asi. Duró sobre diez dias. Despues tuvo otros dos ataques menos intensos que el primero. Despues en el último recuperò el oido de que carecia hacia dos años; podia andar tan bien como antes, y gozar de un placer necesario de que el reumatismo le habia enteramente privado; era un hombre nuevo, y desde entonces ha gozado de perfecta salud.

Este caballero, añadió que estando en un fuerte con su regimiento, despues de la cura casi todos los oficiales escepto él padecieron la influencia de que él se libró completamente bebiendo agua fria y dandose varias ablucions al dia. No solamente estos medios preservaron su salud, sino que tuvo la gran satisfaccion de haber sido útil á su anciana madre.

Esta señora, al despertar una mañana se encontró que estaba enteramente privada del uso de un lado de su cuerpo. Como vivia en el campo lejos de los médicos no hubo nadie sino el oficial que pusiese en práctica los conocimientos que habia adquirido en Graefenberg y en esto procedio, como sigue: primero hizo que tres mugeres le frotasen todo el cuerpo lo mas fuerte que pudiesen, y particularmente el costado izquierdo teniendo sus manos metidas en agua fria por media hora; despues la envolvió en una sábana mojada, por el mismo espacio de tiempo, y de allí la sumergió en un baño de agua muy fria; haciendo despues que las mugeres la frotasen otra vez por quince minutos: su madre se salvó y pudo andar y hacer uso de sus miembros como si nada le hubiese ocurrido.

Pensar curar las enfermedades con los remedios comunmente llamados medicamentos, es absurdo para cualquiera entendimiento reflecsivo, porque es imposible que las drogas alcanzen á destruir la causa de la enfermedad, dispersando ó espeliendo los humores que la constituyen; y aunque esta se pudiese hacer es casi imposible como saben todos los químicos que los humores mórvidos y los medicamentos puedan mutuamente disolverse siempre y convertirse en nada. Las consecuencias de las curas por medio de sustancias físicas ó drogas son para el mal antiguo, un nuevo estímulo flojo ó fuerte, segun su dósis y calidad. Lo que es inflamatorio se queda en la sangre, y despues afecta el cerebro.

CAPITULO 4.°

HIDROSUTERAPIA O SUDOR Y EL BAÑO.

Esta parte del método es desagradable; no obstante cualquiera se acostumbra pronto á él. La posicion que es necesaria para sudar y la irritacion que provoca son al principio incómodas; pero tan pronto como empieza la transpiracion, se siente una sensacion agradable y el alivio que se aumenta mucho con el aire que entre por cualquier ventana, que durante este tiempo se puede con toda seguridad abrir de par en par. Entre las evacuaciones que siguen al alivio de la enfermedad, las transpiraciones por su frecuencia son naturalmente unas de las mas importantes.

La principal ventaja de este nuevo método, cuya invencion se debe enteramente á Priessnitz, es que no estimula la sangre como otros sudoríficos. Los órganos de la transpiracion que los baños vaporosos escitan estremadamente, quedan en completa tranquilidad: la mas mínima irritacion que esperimenten se calma con el aire frio, mientras la sangre se refresca con agua fria, que se puede suministrar á este mismo tiempo; de este modo se evita la acumulacion de la sangre en el pecho ó en la cabeza. Estas ventajas dan al método sudorífico tal efi-

cacia, que se puede ocurrir á él todos los dias por espácio de muchos meses sin debilitar nunca la complexion; y el solo conocimiento de este hecho esplica de una vez la posibilidad de curar con su ayuda las mas inveteradas enfermedades. Hemos sido testigos de innumerables casos en Graefenberg, y hemos podido formar una idea de su importancia. Esto se demuestra especialmente al ver la division de los humores movíficos que, estimulados suficientemente salen al cútis mientras el baño frio que sigue inmediatamente despues mantiene el tono, aumenta la energía del enfermo, ayuda á la circulacion y verdaderamente pone en movimiento todos los humores parados. Este procedimiento determina de una manera positiva la naturaleza de las emfermedades. Todas las afecciones causadas por las malas sustancias están sujetas á este procedimiento que se hace del modo siguiente.

Se envuelve al enfermo (desnudo) en un gran cobertor bien vasto; las piernas estendidas y los brazos bien pegados al cuerpo; el cobertor se sujeta al rededor lo mejor que sea posible, volviéndolo bien por debajo de los piés; sobre este se pone bien estendido un pequeño colchon de plumas, y algunas veces dos, como los que actualmente se gastan en Alemania en lugar de muchos cobertores; sobre todo se estiende una sábana y una colcha muy bien, así envuelto herméticamente el enfermo, algunas veces cuando la transpiracion es dificultosa se le cubre la cabeza dejando solamente descubierta la cara; pero no se ejecuta esto en personas que tengan alguna tendencia de sangre en la cabeza. La irritacion causada por el cobertor, y la opresion y sugecion duradera hace esta operacion muy penosa, especialmente, como ya lo he esperimentado, hasta que principia la transpiracion que, en algunos casos se ejecuta á la media hora, y en otros en una, y aun á veces en dos. Despues de esto, el enfermo suda segun la enfermedad desde media hasta dos horas; antes de envolver al enfermo cualquier parte dolorida, se venda con paños húmedos. Cuando el paciente se acostumbra á esta operacion puede dormir hasta que lo despierte el asistente; á los que sudan con dificultad, se les hace que muevan las piernas, que se

froten el cuerpo, y hagan todo el movimiento que les permita la estrechez en que se halla. Este poco movimiento acelera la transpiracion que es siempre mas tardía en verano que en invierno: pero debe observarse que si la transpiracion puede ser fácilmente promovida sin ningun esfuerzo será muy útil y ventajoso.

Tan pronto como principia el sudor se abren las ventanas y se le permite beber al enfermo un vaso de agua fria de media en media hora: esto no solamente se ha visto que es agradable y consolador sino que tambien ayuda á sudar.

Si durante el tiempo de la transpiracion el enfermo sintiese algun dolor de cabeza, se puede vendar esta con un paño húmedo; recurso con que invariablemente se consigue el objeto. La duracion del sudor depende mucho de la naturaleza del mal, del individuo, &c. en decidir esto Mr. Priessnitz demuestra su gran habilidad; hay algunos que sudan diariamente, otros cada dos dias, ó solo tres.

Algunos crerán que tanto y tan costante sudor debe debilitar á los enfermos y ponerlos mas flacos; pero en Graefenberg se observa el efecto contrario, donde hay muchos que aunque han estado sujetos á la pérdida de varias libras de transpiracion al dia por mas de doce meses, conservaron siempre su peso y su fuerza primitiva: esta última en verdad se habia mejorado mucho, como tambien su fisonomía. Para que se pueda beber agua en este estado se usa de un tubito de cristal, metiendo un estremo del tubo en el vaso y el otro en la boca.

Cuando el enfermo ha sudado largo tiempo, que en casos ordinarios se conoce en que se rompe la transpiracion por la cara: el asistente le va quitando las cubiertas, hasta que quede solamente con la manta, con la cual se meterá el enfermo en el baño; pero antes de esto se le dan un par de zapatos de paja, y el asistente le humedece la cara y aquellas partes de las piernas y los piés que se esponen al aire, con un paño mojado. Despues que el cobertor lo tenga bien arreglado al rededor del cuerpo y puesto sobre la cabeza, irá al baño, que estará en una habitacion inmediata; aquí echará á un lado la

parte superior del cobertor, y se lavará la cabeza, la cara, el pescuezo y el pecho, y luego se meterá en el baño, donde estará de dos á ocho minutos, segun las instrucciones de Mr. Priessnitz, que en su método de practicar es diametralmente opuesto á la teoría que prohibe que un cuerpo caliente y cubierto de sudor sea espuesto al frio. No obstante esto, ambas teorías están igualmente encontradas. Los médicos hacen bien en que sus enfermos se precavan contra la influencia del frio, cuando el cuerpo sea calentado por el movimiento, ó por sudoríficos estimulantes, porque en este caso la muerte puede ser la consecuencia de tal imprudencia. En Graefenberg los órganos de la circulacion y respiracion no reciben impulsos, sea del movimiento ó por efecto de medicinas; pero al contrario, si están en un perfecto estado de reposo; además no es con una frialdad irritante, es decir, con aire frio, con lo que el cútis se pone en contacto, sino con la accion del agua fria sobre el cuerpo, en un estado de transpiracion, que irrita el cútis de un modo semejante al aire á que siempre estamos espuestos. Esta clase de irritacion determina la reaccion ó atrae el calor que no está libre de una frialdad seca. ¿A qué otra cosa se puede atribuir el buen color rosado del cútis, y que todas las personas tengan fuerza para producir una reaccion, como se ve despues de cada baño? Este color encarnado que consigue la ducha como igualmente el baño, es para el médico como tambien para el enfermo una piedra iman. Le da aquel la seguridad de que su enfermo tenga fuerzas suficientes para lidiar con la enfermedad, y á este una esperanza bien fundada de ser curado; porque de la actividad que tiene el cútis despues del baño, se forma una idea del mas pronto ó mas remoto éxito.

El sudor que precede al baño no solamente hace una poderosa impresion, y atrae los humores morvificos al cútis, sino que contribuye además á crear un calor mas estenso en el sistema; este calor es de importancia aun en el baño, pues habilita al cuerpo para soportar por mas largo tiempo el efecto del agua fria, que ayuda mas, mientras mas tiempo se está en ella. Se debe observar, que mientras mas tiempo se aguante

el frio esterior y la reaccion, mas se estraen al cútis los humores morvíficos, pero el sobrante de calor interno no se debe estraer por temor de que produzca una congelacion. Las transpiraciones espontáneas y nocturnas, que se llaman en Graefenberg sudores debilitantes, deben evitarse; y esto se debe hacer cubriendo el cuerpo ligeramente, y lavándolo de noche con agua fria. Es necesario algunas veces, cuando el cútis es atacada de tirantez, envolver al enfermo en una sábana mojada, para que así se pueda templar antes de cubrirlo para que sude. Se debe observar aquí que el sudor no se suministra á la mitad de los enfermos que van á Graefenberg; todo depende de lo que Mr. Priessnitz piense acerca de sus fuerzas. Muchas personas que principiaron la cura con agua en otros establecimientos de Alemania, fueron muy perjudiciales en su salud por el mal uso de este procedimiento, que siendo dirigido por la superior habilidad y estraordinario talento de Mr. Priessnitz, no se debe temer nunca en Graefenberg.

CAPITULO 5.°

ABLUCIONES.

Vendages frios mojados.—Uso del agua fria en bebidas é inyecciones.

En los casos de personas estremadamente débiles, la inmercion de todo cuerpo está sustituida por el baño ó ducha, y se les echa agua por la cabeza á los que están sujetos á irritaciones calenturientas, la cual desciende y baña todo el cuerpo, mientras se le va frotando con las manos primeramente el cuerpo y despues parcialmente aquellas partes afectadas. Cuando la debilidad del enfermo no permite esta frotacion, se aplica una sábana mojada, no tan enjuta como usualmente, sobre la cual es mas fácil usar de las fricciones prescritas. Este último procedimiento se debe preferir al baño, cuando no hay duda de que no pueda el enfermo sobrellevar la inmersion en el agua. Esto es en particular muy provechoso á los párvulos.

No podemos recomendar muchas abluciones á las per-

sonas que desean curarse así propios: solo les aconsejan es que las hagan principalmente al levantarse por la mañana, y por la noche antes de meterse á la cama. En las dolencias de poca entidad, en su principio, en la irritabilidad nerviosa, ó en la flogedad del cútis, las abluciones acompañadas de agua fria bebidas con abundancia, son muchas veces suficientes para restablecer la salud. Estas abluciones deben efectuarse por la mañana (con preferencia á la tarde), al salir de la cama antes que se enfrie el cuerpo, y despues debe el enfermo hacer ejercicio al aire libre. En cuanto á hacer uso de las sábanas mojadas como abluciones, la persona afectada se pone en pié en su habitacion, y el criado la envuelve el cuerpo y la cabeza; entonces se le debe frotar sobre la sábana por espacio de cinco minutos, y despues se le debe mudar la sábana mojada cubriéndola con una que esté bien seca.

Que lo pruebe una persona que esté fatigada, y de una vez percibirá su gran utilidad.

Aplicaciones de sábanas y vendages mojados. (A las sábanas le llaman Leintuchs, y á los vendages Umschlags.

Estas aplicaciones frias llenan dos objetos diametralmente opuestos: el primero para calmar, y el segundo para estimular. Los vendajes que refrescan se usan en casos de inflamacion, congelacion de la sangre, dolores de cabeza, &c.; á estos siempre se les agregan los baños de asiento. Para este objeto el lienzo, despues de mojado en agua fria, se pone en varios dobleces, y se aplica sobre las partes afectadas, donde se debe dejar que empiece á calentarse se renueva hasta conseguir la curacion de la causa porque se habian aplicado.

Los baños de asiento deben siempre acompañar á estos vendajes, porque evitan el aumento del calor en la cabeza, y son muy eficaces para aliviar las inflamaciones causadas por fracturas ú otras heridas. Los vendajes estimulantes son importantes en sumo grado; varian en algunos casos de los primeros. Un pedazo de lienzo ó parte de una toalla, despues de

mojarla en agua fria se debe torcer bien, y herméticamente aplicada á la parte afectada, que no pueda penetrar el aire esterior. Esto se efectua con otro vendaje perfectamente seco aplicado sobre el primero: con estos medios se retiene toda la humedad ó se reconcentra en la parte enferma. Esto produce el calor, que no se puede conseguir de ninguna otra manera. Este calor húmedo tiene propiedades estimulantes y disolventes, escita la transpiracion, con cuyo medio se estrae gran cantidad de humores viciosos, como se ha visto en Graefenberg, en los vendajes y en el agua en que se lavan. El príncipe Wiski, que doce meses antes de ir allá habia untado sus piernas con un ungüento color verde claro por espacio de catorce dias, vio que salia de sus carnes con el uso de los bendajes. Estos se renuevan cuando están secos, menos por la noche, que se permite los tengan puestos sin tocarlos. Estos vendajes frios se aplican en varias partes del cuerpo, y son tan importantes, que todas las personas que observan este método están acostubradas al uso de ellos, y se los aplican de una infinidad de modos. Los que están afectados del pecho ó de la garganta, usan un liado por el cuello, y otro en el pecho, por la noche; los que tienen endebles ó inflamados los ojos, usan uno detras de la cabeza y cuello, por la noche; los que son débiles en la digestion, ó de otra manera están debilitados usan uno en la cintura todo el dia, mientras los que padecen de gota y de reumatismo tienen sus piés y piernas encajados en ellos por la noche.

Los umsehlags (como llaman á los vendajes mojados) se aplican invariablemente á todas las heridas, contusiones, y generalmente á las partes dañadas, como tambien á cualquiera otra en que se sienta dolor. Sus virtudes milagrosas son casi increibles. El vendaje para la cintura se compone de una toalla de tres llardas de largo, y de medio á un pié de ancho; las dos terceras partes mojadas, y la otra se deja seca. La parte mojada se lia en el vientre, y se

cubre con la seca, poniendole cintas ó cordones para que pueda sujetarse. La propiedad de este fomento es para aumentar el calor del estómago, y por este medio ayudar á la digestion, de la cual resulta la formacion de mejores sustancias; cura la congestion intestina, el costipado, la relajacion, y pacifica el cólico ó dolores de tripas. No hay ninguna enfermedad crónica local que no requiera la aplicacion de estos fomentos; entre ellas se pueden especialmente enumerar, la gota, el reumatismo, el aumento de volumen de los huesos, la artritis, las postemas (con úlceras ó sin ellas) y las inflamaciones crónicas. Los males esternos y las terminaciones purulentas de la cara, son tratados del mismo modo; asi como los caneros, las cardes y las úlceras sifilíticas, calman el dolor y ayudan mucho mejor que los ungüentos y que los emplastos. Estos vendajes no solamente protejen las partes dañadas del contacto con el aire, sinó tambien promueven la espulsion de los malos humores; porque se impregnan en el lienzo mas fácilmente que en los ungüentos ó emplastos. Los partidarios de estos últimos remedios pueden ir á Graefenberg, y se convencerán de la soberana eficacia de los fomentos. Es inútil que busquemos en los ungüentos el modo de curar las úlceras malignas que están retenidas en el sistema por impureza de la sangre. Los médicos saben que con semejantes remedios, no se consigue muy á menudo purificar la sangre del modo suficiente para efectuar la cura.

En Graefenberg se logra sin trabajo alguno: siendo las úlceras un conducto abierto para evacuar los humores dañinos, bajo la influencia de la cura general y especialmente de fomentos, todos los humores se evacuan por los conductos ordinarios que la naturaleza escoje para este fin. A falta de úlceras el método nunca deja de producir postemas que sirven como desahogos de las sustancias viciosas.

¿Necesitaré repetir otra vez cuál es la práctica propia para la cura de las fiebres y enfermedades cutáneas como los empeines, las viruelas, el sarampion y la escarlatina? Na-

die debe sorprenderse al saber que los enfermos son envueltos en una sábana mojada, cosa es muy cierta que este fomento tranquiliza á los pacientes, facilita la erupcion, y promueve en casos de fiebre la mas benéfica transpiracion. Para practicarlo, se estiende en la cama un cobertor, y sobre él una sábana mojada estando esta bien esprimida. En ella se envuelve al efermo (á escepcion de la cara.) El cobertor con la sábana se lia bien apretada al rededor del cuerpo. Se deben echar encima otros cobertores cubriendo bien el cuerpo para producir un calor inmediato. Para quitar la calentura mas pronto se debe cambiar la sábana cada media hora. En Graefenberg, en casos desesperados, hemos visto hacer esto cincuenta veces en veinte y cuatro horas; continuando asi nunca deja de tener buen éxito. Cuando la calentura está baja, el enfermo reposa un poco en la última sábana para promover la transpiracion, entonces se mete en el medio baño, no muy caliente, pero quitada la frialdad, como 60 grados de Fahrenheit, por espacio de quince minutos: debe ser frotado por dos personas, y de cuando en cuando echar agua del mismo baño por la cabeza y espaldas del enfermo. Cuando la calentura empieza por temblores, el baño debe ser de cuatro horas hasta que el cuerpo entre todo en calor. Cuando no hay facilidad de bañarse, se echará sobre el enfermo una sábana bien mojada, y se debe frotar por espacio de cinco minutos. Solamente al principio es cuando los bendajes y las sábanas son incómodas, porque al instante se calientan. Preguntaria yo ahora ¿Qué tratamiento médico es agradable? ¿Lo son las drogas, los sinapismos ó las sanguijuelas? ¿Se puede decir que siempre producen los resultados que se desean? Pero se logra esto último por el método de Mr. Priessnitz, porque en casos de calentura, por intensa que haya sido, nunca se ha visto que se le haya desgraciado ningun enfermo. La esperiencia prueba que el agua fria aplicada en cualquier parte del cuerpo suaviza y alivia el cútis, y causa la reaccion de todo el sistema la cual

escitan de 45 á 50 grados de calor sobre la temperatura del cuerpo. Parte del agua es enbebida por el organo afectado que, con el calor que este produce disuelve las partes morbificas ayudando tambien á la evacuacion por los poros del cútis. Esto se está diariamente probando en Graefenberg, por el olor desagradable y por el color de los vendajes en cada caso particular. A los que nunca han estado en Graefenberg ni en ningun otro establecimiento hidropáthico, la aplicacion de lienzos mojados les parecerá sin duda peligroso; pero hay poco que temer pues su aplicacion es el primer paso que dá Mr. Priessnitz con las personas de edad avanzada, con los niños, con los débiles, con los nerviosos ó con los de constitucion delicada, con el fin de endurecer el cútis ó prepararlo para el baño y generalmente para fortalecerlo antes de ninguna otra aplicacion de la cura. Lejos de estar espuestas las personas á cojer un resfriado por usar de estos vendajes por la noche, encontramos en Graefenberg multitud de enfermos de gravedad, casi encajonados en ellos. Déjese que cualquiera que sufra algun dolor, que tenga la garganta mala los esperimente, y muy pronto serán de nuestra opinion. Son tales los provechosos efectos de estar tendido por media hora en una sábana mojada y entonces entrar en un baño, que no vacilamos en decir que cualquiera que en ello viese un suicidio se reiria de haber tenido esta idea despues de ver los resultados. A los enfermos débiles se les sujeta á este método frecuentemente dos veces al dia, y es un recurso para dar á los niños un inmediato alivio, cuando no pueden sosegar ni dormir. Volveré á esplicar (porque esta es una parte del tratamiento que la puede usar cualquiera en cualquier parte) que el umschlagó, vendaje, se compone primero, de un pedazo de lienzo en dos dobleces mojado en agua fria (nunca de otra manera) bien esprimido; sobre este se pone otro pedazo de lienzo, del tamaño suficiente para cubrir el primero: estos se ponen juntos, algunas veces en uno, y otras en varios miembros del cuerpo al mismo tiempo, y generalmente de

noche, aunque habiendo dolor en cualquiera parte, se pueden usar tambien de dia. Son tales los estraordinarios resultados de la aplicacion de estos lienzos frios, que si fuese el único descubrimiento hecho por Priessnitz, seria suficiente para inmortalizar su nombre.

Uso del agua fria en bebida é inyecciones.

„El agua es el principal ingrediente en los fluidos y sólidos de los animales; porque un hueso seco produce una gran cantidad de agua insípida; asi el agua parece ser la bebida propia para todo animal."

Priessnitz, mientras están sujetos á su método, prescribe á los enfermos tanta agua como pueda soportar el estómago sin repugnarla: menos de doce veces al dia no serian suficientes, y se pueden beber desde este número hasta veinte ó treinta. Muy pronto les será facil, á las personas que se acostumbren á beberla gradualmente.

Cuando el estómago siente dolor por estar sobrecargado, Priessnitz prescribe que se beba agua fria hasta que sobrevenga la enfermedad ó la diarrea, y el paciente no debe abstenerse de ella, sino continuar hasta que ambos síntomas hayan desaparecido. Este modo de proceder es preferible á la dieta rigurosa que generalmente se prescribe cuando el estómago está sobrecargado. El método de Priessnitz lo limpia de todas las impuridades que con la abstinencia pasan á la sangre. Sabemos que el vómito tambien produce este efecto; pero este es un remedio que debilita el estómago cuando el agua produce precisamente el efecto contrario.

El agua fria como bebida es sumamente útil; fortifica el estómago y los intestinos, limpiándolos de los malos humores que contienen; favorece la generacion de nuevas sustancias, se mezcla con la sangre por absorcion; se estiende prontamente por todos los órgnanos, disminuye, pacifica y disuelve los humores acres y gruesos, y los espele por medio de la transpiracion y de la orina. Se aplica como dieta para indisposiciones leves, malas digestiones, y generalmente en to-

dos los casos de enfermedad, para los cuales la facultad, recomienda aperitivos y aguas minerales que pueden ser despreciados. Al levantarse por la mañana despues de una ablucion fria, hágase bastante ejercicio, y mientras se hace, bébase agua con abundancia. Esto surtirá el mismo efecto que un purgante ó que las aguas minerales, sin debilitar (como éstas últimas) los órganos digestivos. Todos pueden beber agua fria sin el más leve riesgo, y á los que en el último periodo traten de ir á algun establecimiento hidropáthico, se les recomienda mucho que asi lo hagan, pues les facilitará la curacion.

Todas las horas del dia son favorables para el uso intèrno del agua. Priessnitz con respecto á esto no tiene otra regla sino permitir á los enfermos que beban toda la cantided de agua que quieran, de modo que no se incomoden por ella, á no ser que piense que el agua y el ejercicio, tomados en ayunas, produzcan los mejores efectos, en cuyo caso los recomienda particularmente.

Despues de sudar es cuando el beber agua fria produce la espectoracion de las flemas. Se puede beber agua despues de almorzar; pero sin sobrecargar el estomago. Durante la comida los alimentos deben ser humedecidos con algunos vasos de agua: entonces se debe dejar al estómago reposar algunas horas; despues se puede beber agua hasta la hora de cenar. No es menos útil beber despues de la cena; pero puede interrumpir el descanso por tener el enfermo que levantarse á menudo durante la noche. No debemos olvidar que el ejercicio, que es hasta cierto grado indispensable, estimula la accion del agua y acelera la cura. El agua, para producir el efecto deseado, debe ser siempre sacada *siempre* fresca del manantial, y lo mas fria que sea posible. Las botellas de vidrio en que se conserve deben tener tapones, y así el agua se mantendrá fria por mas largo tiempo.

Bájo el nombre de inyeccion entiendemos principalmente las ayudas que el enfermo mismo puede aplicarse. Cuando no está acostumbrado á usarlas con agua fria no se las deben echar por mas tiempo que el de dos minutos; pero los

intestinos se acostumbran gradualmente á ellas, y amenudo se absorven como un vaso de agua introducido en el estómago. Se repite una segunda inyeccion inmediatamente despues de la espulsion de la primera. Las inyenciones frias se usan para los costipados y las diarreas, enfermedades diametralmente opuestas pero que nacen de una misma cosa, la endeblez de los intestinos. De este modo la contradiccion está solo en la apariencia pues el grande objeto de estas inyecciones, es establecer el temple de aquellos órganos y arreglar sus funciones, y deben acompañarse con el uso de agua en otras ocasiones.

Hay tambien otras inyecciones que se usan en Graefenberg. Aludo á las que se aplican en las otras concabidades del cuerpo como los oidos, la nariz y la uretra. Para estos usos hay ayudas á propósito, y se dirigen contra las materias mucosas en ésta parte. El mejor método para conservar la dentadura es lavarse la boca muy amenudo despues de comer, por la mañana y partucularmente por la tarde: sorber agua por los conductos de la nariz es el mejor remedio para curar una frialdad en la cabeza. La escrofula en la nariz, que es una enfermedad muy comun en los niños, se cura con buen éxito por medio de la misma práctica.

CAPITULO 6.º

BAÑOS.

El agua fria se emplea esteriormente de muchos modos. Los baños pueden ser enteros ó parciales: estos últimos se dividen en medios-baños, baños de asiento, baños de piés, baños imitados, que son aquellos en que solamente se interesan las partes enfermas: además se usa de las sábanas mojadas, y tambien de las duchas y de la ablucion. El baño completo ó público en Graefenberg tiene unos treinta piéz de circunferencia, y suficiente hondo para cubrirse hasta el cuello un hombre de estatura regular. El agua se renueva constantemente con la de los manantiales de las montañas; estas aguas vienen por

tubos al baño, y entran en él por una abertura hecha al propósito, de manera que está en toda su fuerza: este baño sé vacia y limpia dos veces al dia; pero esto sucede solamente en Graefenberg y en Freiwaldau con pocas ëscepciones, pues las casas tienen baños portables.

Ya hemos hecho ver que no hay peligro en la inmersion del cuerpo cubierto de sudor en agua fria, estándo los órganos de la transpiracion en estado de reposo. El riesgo que se supone de coger un resfriado, si al llegar á un rio para bañarnos nos quedamos hasta que el cuerpo esté frio y seco, no es posible exista en este caso, pues estraemos del cuerpo el calor que se requiere para producir la reaccion, perdiendo así el buen efecto del baño. Entonces si se anda de prisa y el baño dista mucho, espreciso reposar un poco para tranquilizar los pulmones; despues de esto es preciso desnudarse prontamente y meterse al instante en el agua, mojando primero la cabeza y pecho para evitar que la sangre suba á estas regiones. Esta precaucion se prescribe como necesaria en Graefenberg.

Durante el baño se debe sumergir la cabeza varias veces. Es menester tener gran cuidado de no esponer el cuerpo al contacto del aire al quitarse la sábana despues de sudar y entrar en el baño: lo mejor es meterse en el agua cubierto.

Es muy ventajoso estar siempre en movimiento durante el baño, y frotar con las manos la parte del cuerpo que esté dolorida. Así se estimula el cútis y sé templa la sensacion del frio. Los que estén afectados del pecho deben tener moderacion en el uso del baño, entrando en él por grados y no dándoselos largos. En general el tiempo que se debe estar en él, debe graduarse por la frialdad del agua, y por el calor vital del que se baña; pero ninguna regla general se puede adoptar con respecto á esto. En Graefenberg, donde la temperatura del agua es de 43 á 50 grados, ninguno estará en él mas tiempo que de seis á ocho minutos, y muchos solamente dos ó tres.

Priessnitz aconseja á sus enfermos que eviten la segunda

sensacion del frio, que es una especie de fiebre, dejando el baño antes que se sienta: por estos medios el enfermo evitará una muy poderosa reaccion, causada por la grande estraccion del calor. Esta precaucion es indispensable en la época del tratamiento marcada por fiebres y erupciones. Entonces una reaccion, producida por un uso inmoderado del baño ó ducha, obligaria al enfermo á quedarse en cama por algunos dias, en vez de acelerar la cura. Las personas que traten de curarse con el método del agua fria, deben observar estrictamente sus reglas, pues en el caso de quebrantarlas, la medicina les haria mas daño que provecho. No hay mas que una cosa que puede usar ó abusar de ella con impunidad; el beber mucha agua.

Al salir del baño se siente mas frio del que uno se puede imaginar, y para calmar sus efectos se cubrirá el enfermo con una sábana; sobre esta se echará una capa, y así se irá á su cuarto, donde se secará y frotará todo el cuerpo; entonces debe vestirse ligeramente, y andar para retener el calor. Haciendo esto con el calor de la chimenea ó de la cama, seria obrar en directa oposicion al método. Un vaso ó dos de agua, inmediatamente despues del baño, es agradable, y no se debe omitir durante el paseo. Cuando la cura escita mucha irritacion se deben suspender los baños, pues la aumentarian: una ablucion general de todo el cuerpo, y los baños de asiento, es á lo que entonces debe acudirse. El sudor se vuelve á escitar envolviendo el cuerpo en una sábana húmeda: esto, unido al baño de asiento, hará que cese la irritacion.

EL MEDIO BAÑO.

El medio baño se toma en una tina mas pequeña que las que generalmente se usan en nuestras casas, y no se emplea sino en los casos en que el baño entero fuese demasiado para la fuerza del enfermo. Es en efecto menos activo que el entero; y presentando menos peligro, es frecuentemente suministrado á los que empiezan á curarse, dándoselos por una semana, co-

mo preparativo para el baño grande; la temperatura del medio baño nunca es menos que de sesenta grados.

El agua en estos está á una altura regular. Cuando fuere necesario que al enfermo le aproveche como un baño entero se le echa agua por encima, ó el asistente costantemente le mojará el cuerpo y la cabeza con la misma agua del baño.

Cuando estos pequeños baños se usan, para que sean menos escitantes, la parte superior del cuerpo se cubre algunas veces, y el baño se tapa herméticamente de modo que no aparezca mas que la cabeza. Esto es en casos donde es necesario que el enfermo se quede en ellos por una ó dos horas. Hemos visto á Priessnitz ordenar esto por cinco ó seis horas de una vez, y repetirlo sucesivamente por varios dias, en órden de promover la irritacion y producir la fiebre. El año pasado un médico que estaba padeciendo de gota atónica se sujetó á este método y quedó completamente curado. Es en verdad una cosa muy comun en Graefenberg, ver á los enfermos quedarse horas enteras encerrados en estos baños y continuarlos por algunos dias, hasta que se produce la calentura; ésto atrae la materia morvifica al cútis en la forma de abusos, que algunas veces supuran cantidad suficiente de materia para llenar varios vasos. Cuando esta crisis sobreviene, se suspende el baño mientras se descargan los humores, por lo cual el sistema es en estremo beneficiado.

El medio baño se toma por lo comun inmediatamente despues de haber estado el enfermo en la sábana mojada. Se acompaña este baño con rociadas de agua fria, y frotaciones. Mientras siga sudando el enfermo debe meterse pronto en el baño, echar fuera la cubierta, mojándose primeramente la cabeza y el pecho, y el asistente debe echarle una tina llena de agua por la cabeza, y frotándose se continúa por diez ó quince minutos, y algunas veces por mas tiempo. Cuando el enfermo sale del baño, se debe secar bien, vestirse, y salir á dar un paseo por el aire fresco; pero á las personas que no tienen haberes para consultar con un médico que tenga cono-

cimiento del método de Priessnitz, se les aconseja que no lo hagan porque pueden no hacerlo bien.

En casi todos los casos de fiebre se envuelve al enfermo en una sábana mojada, que se cambia tan pronto como se caliente, y se repite lo mismo hasta que desaparezca la calentura. Como estas sábanas regularmente se calientan por la estraccion de una cierta cantidad de calórico del cuerpo, precisamente sigue un gran frio: esto sucede sobre todo al desaparecer la fiebre; entonces es necesario meterse en el baño, y deben dos hombres frotar al enfermo todo el cuerpo, hasta que estén abatidos todos los síntomas. El enfermo puede salir á pasear ó ir á las mesas públicas. Si en la noche le repitiesen las mismas calenturas se ejecuta la misma operacion, y debe repetirse hasta conseguir la total cura. Esto se verá en Graefenberg, donde enfermos con fiebre, cuyas vidas corrian peligro en otras partes, no están sujetos á permanecer en sus habitaciones, ni se les muda el régimen.

BAÑOS DE PIES.

Los baños de piés se usan esclusivamente como un agente contrario á los dolores de las partes superiores del cuerpo.

Priessnitz prescribe estos baños precisamente para los casos en que la medicina ordena los calientes; de manera que todos saben que despues de un baño caliente de piés, estos se ponen frios, entonces la reaccion está arriba, sucediendo lo contrario que despues de un baño frio los piés se calientan y la reaccion está en la parte inferior. Los dolores de cabeza y de muelas, cualesquiera que sean sus causas, particularmente los que son de naturaleza violenta, inflamacion de los ojos, ó flucxiones de sangre á la cabeza, se alivian casi siempre con los baños de piés. A estos, cuando no basta, se agrega la aplicacion de vendajes mojados, sin cubrirlos de los secos. La tina ó vasija donde se toman estos baños no debe tener mas que dos ó tres pulgadas de agua, ó justamente lo bastante para cubrir los piés; para el dolor de muelas, con una

pulgada de agua hay suficiente, y se debe aplicar desde quince minutos hasta medias horas. En casos de desguinces se deben cubrir los piés hasta el tobillo. Cuando el agua principia á recalentarse, se debe inmediatamente cambiar. Durante todo este tiempo se deben frotar bien los piés sea con las manos ó uno contra el otro, para que por este medio se consiga una fuerte reaccion.

Se debe tener cuidado que los piés estén calientes ántes de meterlos en el agua, y despues se debe hacer ejercicio para meterlos otra vez en calor. Tambien ayuda mucho una frotacion con la mano bien seca. Los baños frios de piés son un medio seguro de evitar la tendencia de frialdad en los piés; la aplicacion de agua caliente debilita el cútis y hace probable una frialdad de piés. Cuando están en estremo frios, en lugar de ponerlos á calentar al fuego, seria mucho mejor producir el efecto deseado con el ejercicio. Si se quiere alguna prueba de la reaccion causada por los baños de piés, y de la virtud que tiene para preservarlos de cojer frialdad, no tenemos mas que tocarnos los piés una ó dos horas despues de salir del baño, y los hallarémos calientes. Despues de haberse fatigado mucho, un baño de piés tal como se ha descrito, antes de meterse en la cama es muy sano.

Los que padecen de gota no deben usar de estos baños sin consultarlo antes; pero á los demás en general los recomienda Mr. Priessnitz, pues sostiene que muchas enfermedades de consideracion empiezan por los piés.

Homero cuando dijo que Aquiles era invulnerable, escepto en el talon, no hay duda sabria muy bien qué los piés son los miembros mas importantes del cuerpo humano.

BAÑOS DE CABEZA.

Los baños de cabeza se usan para los reumatismos en la cabeza, para dolores comunes, para las inflamaciones reumáticas en los ojos, para la pérdida del olfato y del sabor. Sirven para espeler los humores morvíficos que la naturaleza generalmente

evacua por postemillas en los oidos. Tambien sirven para evitar una fluxion en la cabeza, pero en este caso se está poco tiempo para evitar una reaccion demasiado fuerte. Estos deben estar acompñados de mucho ejercicio al aire libre por la sombra. Este baño se usa como sigue: se pone una palangana en el suelo al estremo de un felpudo, en este se debe tender el enfermo, de modo que la cabeza alcance á la vasija, para cuyo fin se pone una toalla donde descance la cabeza. Entonces la parte del cerebro se debe meter en el agua, despues un lado y luego el otro. Todo esto se termina poniendose otra vez en la primera posicion.

La duracion de este baño depende de la naturaleza y estension de la enfermedad. En las inflamaciones crónicas de los ojos, cada parte de la cabeza se debe dejar en el agua por quince minutos: el mismo tiempo para la sordera, pérdida del olor y sabor. Todo esto ocupa una hora de tiempo durante el cual se debe mudar el agua dos veces. Si estos baños se continúan con perseverancia el buen exito es cierto. Este es generalmente anunciado por un dolor de cabeza muy violento, hasta la formacion de una postema que concluye reventando.

Para el dolor de cabeza comun se sumerge el cerebro en el agua de diez á quince minutos, y los lados de cinco á diez, si es obstinado, entonces se recurre á un baño de piés y otro de asiento, ambos frios, por media hora cada uno.

BAÑOS DE DEDOS.

Para los uñeros se mete el dedo en un vaso de agua tres veces al dia, quince minutos cada vez; se venda, se pone el codo en el agua dos veces al dia, y se lia un vendaje caliente mas arriba del codo; esto producirá el efecto de estraer la inflamacion de la mano.

BAÑOS DE OJOS.

Se echa agua en el ojo, se tiene cerado un minuto y despues de abierto se tiene cinco minutos en un vasito he-

cho al intento, cuya circunferencia es del tamaño del ojo. El baño de cabeza se usa generalmente al mismo tiempo, pero este último se repite mas á menudo, y en los mas de los casos cuando hay inflamaciones se usa de fomentos aplicados detras de la cabeza al tiempo de meterse en cama, y otros detras del pescuezo durante el dia. Para endeblez de los ojos se venda la frente al acostarse. Los baños de asiento y de piés forman parte de este método.

BAÑOS DE PIERNAS.

Los muslos y piernas, cuando tienen úlceras empeines, heridas ó dolores fijos de reumatismo, se deben meter en un baño cubriendo el agua las partes afectadas. El objeto de estos baños es que sirvan de estimulantes. Se pueden tomar de una hora y algunas veces de mas tiempo; y siempre terminan en postemas que causan una abundante supuracion. Tambien son aplicables á cualesquiera otros miembros enfermos de la misma manera.

BAÑOS DE DUCHAS.

La ducha usada en tales casos, es la mas poderosa para remover los malos humores y quitarlos de la posicion que tal vez hayan ocupado por muchos años; tambien se hace uso de ellas en la mayor parte de las enfermedades crónicas. La ducha corrige la endeblez que el cútis haya podido contraer; lo fórtifica. Endurece el cuerpo y lo pone en estado capaz de sobrellevar todas las variaciones admoféricas. Ejerce un poderoso movimiento en el sistema muscular y nervioso por la reaccion que produce. Lo que se entiende en Graefenberg por ducha es un manantial de agua que sale de la montaña y se trae por pipas á las pequeñas chozas donde cae de la cima en un torrente del grueso de la muñeca de un hombre, cuya caida constituye la diferencia de duchas y el baño de lluvia; fuera de esta choza hay otra para vestirse, construida lo mismo que la primera, de un modo el mas rudo que se puede imaginar.

Hay seis duchas en el bosque de Graefenberg: la caida de la

primera es de quince piés: la de la segunda de diez, la de la tercera de veinte, y las otras tres de diez y ocho piés. Las duchas que están separadas para las mugeres tienen una caida de doce piés cada una, el diámetro del torrente es el mismo que el de los hombres.

En la colina hay una ducha que es servible todo el invierno; esto no sucede con las demas. Como á media milla distante del pueblo de Frewaldau hay cuatro duchas mas para ambos sexos. Casi todas las duchas están distantes de los sitios de la residencia de los enfermos, lo que da lugar á que se dé un paseo para llegar á ellas, de modo que el cuerpo está metido en calor y en escelente estado para el beneficio que del agua se espera cuando se somete á su accion el enfermo. Las partes afectadas, deben por la mayor parte del tiempo, estar espuestas á la accion de la ducha aunque se deben recibir asedentalmente sobre todas las partes del cuerpo escepto en la cabeza y cara, á menos que no esté espresamente erdenado por Priessnitz. Los de pechos endebles deben evitarla en aquella parte de otra manera; la caida de la agua en la parte inferior del estómago ó vientre no es dañosa. El temperamento de esta region no puede sufrir estos medios. El alivio que se esperimenta por la ducha algunas veces en cinco minutos, es milagroso en casos artricos y de reumatismo.

El objeto de las duchas es poner en movimiento los humores morvificos, y no se deben continuar cuando producen fiebres escitantes y hasta que hayan cesado. La duracion de los baños de las duchas debe ser de tres á quince minutos, raras veces se estiende á mas. El tiempo de usarlos es una hora despues de almorzar, y dos horas despues de comer, muchos de los enfermos de Graefenberg están muy contentós con esta parte del método.

Muchos se quejan de que el baño comun de lluvia, tan usado entre nosotros, no les hace provecho: esto se debe esplicar por el hecho que promueve una reaccion en la parte superior que es opuesta á los principios de la hidropathia.

BAÑOS DE ASIENTO.

Por falta de mejor término nos adherimos al de los alemanes y en lugar de asientos nosotros le llamamos baños sentados. Este se da en una tina baja de unas diez y siete pulgadas de diametro, pocas veces con mas de tres ó cuatro pulgadas de agua; en ella se sienta el paciente como en un baño de cadera, descansando los piés en el suelo por diferentes períodos, como un cuarto, ó media hora ó una, ó mas segun se crea suficiente. Esto en algunos casos se repite dos ó tres veces al dia. Mr. Priessnitz considera el baño de asiento ser de tanta importancia en su método, que los enfermos á quienes no se les prescribe, son considerados como casos escepcionales. Producen el efecto de fortalecer los nervios, de sacar los humores de la cabeza, del pecho y del abdomen y aliviar el flato, y es lo de mas valor para los que han tenido una vida sedentaria.

El objeto de usar tan poca agua en éste baño, el medio baño y baño de piés, es para que la reaccion se efectúe mas pronto. Si se usase cantidad mayor de agua se quedaria fria durante todo el tiempo de su aplicacion, y causaria acumulacion en las reigones superiores de modo que en este caso adquiere casi inmediatamente el calor de la sangre y admite una pronta reaccion.

Para evitar lo primero, el enfermo debe aplicarse un vendaje mojado á la cabeza, y para conseguir un sudor segun el objeto debe frotar bien al abdomen con la mano mojada.

CAPITULO 7°

ROPAS, AGUAS MINERALES.

Mr. Priessnitz prescribe á todos sus enfermos que dejen de usar la franela y el algodon; sostienen que estos tejidos debilitan el cútis, hacen á la gente delicada y menos capaz de luchar con los cambios admosféricos. Cuando alguno rehusa quitarse un chaleco de franela que ha usado toda su vida en el in-

vierno, entonces Mr. Priessnitz le dice: „usadlo pues sobre la camisa; pero cuando esteis acostubrado al agua fria no lo echareis de menos.“ Muchos estan acostumbrados á usar de un chaleco de franela por la noche, lo cual mantiene un grado no natural é inecesario de calor y aumenta una casi invisible transpiracion, que no es muy saludable. Que se observen los que padecen de gota y de reumatismo, y se verá que tal vez mas que otras personas han estado siempre acostumbrados al uso de la franela.

¿No prueba esto que la franela no proteje á los que la usan en casos de enfermedad ni logra aliviarlos de los dolores á que están sujetos? Hay algunos que están habituados á abrigarse la cabeza de noche; esta es tambien una costumbre muy mala; destruye el cabello, causa su prematura declinacion, y es sumamente dañoso para las personas que padecen de fluxiones de sangre en la cabeza, de jaqueca ó frialdad en la misma, &c. Hay un gran sentido en el antiguo adagio „*Ten siempre la cabeza fria, y los piés calientes.*

Mucho se podia decir contra toda clase de aguas mi-minerales. El doctor Abermethi tenia razon cuando dijo: que la gente podia mejorarse lo mismo bebiendo agua comun y haciendo ejercicio en su mismo pais, sin necesidad de hacer el gasto de visitar esos manantiales minerales; porque aunque alguna vez el viaje á estos baños sea benéfico, el agua, el ejercicio, el aire fresco y una vida libre de cuidados, y no las propiedades minerales del manantial, son los que producen el efecto deseado; porque aunque se sienta algun álivio por el momento, la esperiencia prueba que es solamente temporal.

CAPITULO 8.°

RÉGIMEN SEGUN LO PRESCRIBE MUNDÉ.

Ya he especificado antes los alimentos, las bebidas y salsas que Priessnitz escluye del régimen de los enfermos; deben ser en verdad perjudiciales para los cuerpos que están en

un continuo estado de escitacion causada por el método. La mayor parte de los alimentos que se dan se sirven frios; habiéndose convencido Priessnitz de que los calientes debilitan los órganos digestivos, prohibe hasta la sopa á los que tienen malas digestiones.

La única cosa que beben los enfermos durante la comida, es agua fria.

El que quiera asegurarse de que los alimentos y el agua frios nunca son dañinos, vaya á Graefenberg, y verá á todos los que están allí satisfacer su sed con agua fria pura, sin que resulten ningunas desgracias.

Los enfermos hacen digestiones maravillosas, y nunca duermen despues de comer. La costumbre de beber gran cantidad de agua fresca en la comida, es muy buena para las personas que están sujetas á congestiones de sangre á la cabeza.

¿Es mejor dormir, ó pasear despues de la comida? Esta cuestion no está aun determinada. Priessnitz recomienda un poco de movimiento por la sombra durante el gran calor; y lo bien que lo pasan los que siguen su consejo, parece corroborar la justicia de su opinion.

Las especias de la India, como la pimienta, el clavo, la canela y otras de la misma clase, son dañinas aun para los que gozan de perfecta salud por sus propiedades estimulantes; por eso se prohiben durante la cura. La naturaleza las dió á los indios porque su cielo abrasador enerva el cuerpo, y se necesitan estimulantes.

Los platos que generalmente se sirven en la mesa de Mr. Priessnitz son, carne, sopa, cocido, ternera, carnero, cerdo, venado, patos, ó gallinas con salsa de ciruelas y papas; toda clase de pasteleria, y algunas verduras, pero en menos cantidad que las carnes; los pescados y las aves, pan, leche, y manteca son los alimentos para el almuerzo y para la cena. Si se quiere pan blanco se tiene que comprar fuera aparte. Allí la leche y la manteca son de la mejor calidad. En invierno se aumenta en la cena un plato de papas, pero rara vez se comen, porque suelen interrumpir la digestion y el

sueño. El pescado salado, la carne salada, &c., como causan mucha acrimonia, están prohibidos en Graefenberg, y tambien el queso.

Como el ejercicio al aire libre ayuda á la cura, debe ser una regla pasear á lo menos dos veces al dia, una hora cada vez. En tiempo malo se debe sustituir con algun trabajo, como aserrar ó partir leña. Sin ejercicio, el método de Graefenberg seria un tormento, porque el calor que produce el ejercicio repone el que se pierde bebiendo tan abundantes cantidades de agua fria: nunca se debe probár reponerlo por el calor del fuego; esto será obrar en contra del método. Se debe cuidadosamente evitar el paso repentino del frio al calor, particularmente despues de la ducha y demas baños; tampoco deben los vestidos ser de mucho abrigo, porque esto seria tan malo como el calor del fuego, porque impiden el movimiento y circulacion de los humores. La franela, pegada al cuerpo, es muy mala; despues de una semana de estar sujeto al nuevo método hijiénico se puede dejar sin ningun riesgo. He visto personas que nunca habian tocado el água fria, y que habian usado franela por muchos años, dejarla despues de haber transpirado y bañádose cinco ó seis veces, ir á la ducha, y volver con una camisa de lienzo sencilla, sin sentirse poco ni mucho incómodos. Esta ropa es suficiente para los que diariamente se lavan con agua fria, porque ni debilita ni irrita el cútis. Se aplica tambien esto mismo á las camas que no deben estar muy calientes; las ventanas del dormitorio se deben abrir para que ventile bien. A las personas que están sujetas á congestiones de sangre en la cabeza, no les conviene tener sus dormitorios muy frios.

CAPITULO 9.°

Observaciones.

El agua en Graefenberg no tiene ventaja alguna sobre las que encontramos en todas partes, escepto el ser muy fria

y nueva. Para los efectos generales de la cura, el agua debe ser delgada, es decir, debe poseer la cualidad de disolver, y por esta razon debe ser fria y estar libre de toda propiedad mineral; para probar su calidad no hay sino lavar la ropa con ella y ver si se pone muy blanca, ó si las verzas cocidas con ella se ponen muy tiernas. La trucha que vive en el agua, no prueba suavidad, pero las ranas si; la mas delgada de todas las aguas es la de lluvia. Las aguas gordas ponen el cútis muy vasto, pero el agua delgada al contrario lo pone muy suave.

Los que quieran empezar las abluciones en invierno, lo deben hacer en una habitacion caliente; y al principio en lugar de lavarse pueden mojar una toalla y con ella frotarse bien por todo el cuerpo dos veces al dia, ó pueden aplicarse una sábana mojada. Por la mañana al salir de la cama, es el mejor momento para la primera ablucion: la otra se debe hacer dos ó tres horas despues de comer, nunca con el estómago lleno, ni inmediatamente despues de haber hecho mucho ejercicio. La frotacion se debe continuar por el tiempo de tres á diez minutos.

Se concibe que una ablucion al dia, y el beber agua fria habilitarán á los que están saludables y en el goce de la vida, para continuar en el mismo estado. Despues de cualquier ecseso, en vez de acudir á las drogas, recúrrase á la frotacion dos veces al dia, al aumento de agua fria como bebida y á un baño de piés. A los mismos médicos pueden recurrir las personas que tengan alguna razon para suponer que han cogido algun resfriado.

A la pregunta de si hay algun riesgo de coger un resfriado mientras se lavan respondemos, "que ni el mas mínimo." No hay modo mejor de resguardarse de los resfriados y de endurecer el cútis, que lidiar con los cambios atmosféricos, pues en tiempo frio es lo mismo que si todo el cuerpo se mojase simultaneamente. Aun en tiempo frio la temperatura de la habitacion á que el cuerpo se espone, está mas alta ó mas caliente que el agua tomada, lo cual demuestra

que no puede por consiguiente, producir un resfriado. Lo contrario se puede aplicar al agua caliente; es fácil sentir esta verdad al salir de un baño caliente, aunque sea en verano.

Antes de meterse en agua fria, se debe mojar la cabeza y el pecho á fin de evitar que la sangre ascienda á estas regiones.

Los que no saben si las aguas calientes ó minerales son beneficiosas ó no, suelen hacer uso de ellas porque es moda ó porque es agradable; pero no conocen todo el mal que puede acarrearles. Una corta reflexion les haria ver que deben necesariamente perjudicar y destruir las telas del estómago, debilitar el cútis, y causar una reaccion interna en la sangre, haciendo el cuerpo susceptible á todo cambio de tiempo.

Los que recurren á los baños de mar, en general están en ellos demasiado tiempo, y se cuidan poco ó nada de sus comidas. Para sacar ventaja de un viaje á cualquiera de nuestros puertos de mar, debe tenerse cuidado con este último, á lo menos durante el tiempo que se esté; en lugar de bañarse una sola vez debian verificarlo dos veces al dia por tres ó cuatro minutos cada baño. Estarse mucho tiempo en el agua evita la reaccion que es tan provechoso para la salud.

La esperiencia de los siglos, se dice, haber enseñado á miles de personas que despues de haber bebido agua estando acaloradas, ó en estado de transpiracion, han padecido de inflamacion de los pulmones ó del hígado, ó bien de apoplegia. Sin embargo vemos todos los dias en Graefenberg centenares de personas que cubiertas de transpiracion, beben abundantemente agua fria, y en aquel estado se meten en un baño frio, sin que se pueda citar de 10.000 personas que han visto á Graefenberg desde el principio, un solo ejemplo de daño que haya resultado de esto.

Estamos aun mas seguros de los beneficios de este método cuando vemos á un gobierno tan sagaz como el austriaco protegerle: este ejemplo ha sido seguido por otros muchos estados, de Alemania, que tienen una policía médica muy severa, pero que fomentan la hidropathia con el con-

vencimiento de que no hay ningun peligro; y sí muchas ventajas.

Para entender los dos hechos de que hemos hablado igualmente verdaderos, aunque contradictorios en la apariencia, debemos de buscar el modo de producir las transpiraciones, causa de tan diferentes efectos. Cuando la medicina promueve la transpiracion ó cuando le producen movimientos violentos como el baile ú otro ejercicio molesto, no solo transpira el cútis sino aceleran la respirácion, la circulacion y el movimiento de las víceras radicales de la vida; él cerebro, el corazon y los pulmones están en un estado general de escitacion, lo que no sucede en los sudores producidos por el agua con el método Hidropathico, concentrando el calor en el cuerpo es por medio de cobertores que estimulan el cútis sin ningun movimiento por parte del enfermo. El cútis en éste caso está en un estado de irritacion, mientras los órganos internos se refrescan con la deglucion del agua fria prescrita con la idea de retener la transpiracion.

Los baños de ducha al principio producen escitaciones violentas porque provocan en todo el cuerpo una fuerte reaccion, parte ocasionada por la accion mecánica de una caida de agua de diez á diez y ocho piés de altura y parte por la frialdad del líquido; esto hace que el cútis se ponga encarnado, y da color, accion y fuego al cuerpo y una crecida actividad á las fuerzas digestivas.

Las duchas son necesarias cuando es preciso resistir una fuerte reaccion, para fortificar el cútis, para disipar la comulacion de malos é inertes depósitos, estimulando su absorcion, como en caso de hinchazon de las glándulas y articulaciones; son tambien útiles para reducir los empeines ó eflorecencias que han penetrado en el sistema ó para provocar una emorragia crítica y espulsar las almorranas, ó para dar actividad á la circulacion de las venas y de los capilares en las obstrucciones del abdomen. Es facil en vista de estos pormenores comprender que la ducha es perjudicial en todos los casos en que es necesario disminuir y calmar la reac

cion de la sangre y de los nervios. El efecto primitivo de los baños de asiento y de piés, es una sensacion de frio en las partes sometidas en la accion del agua, y una congestion en las régiones superiores del cuerpo. Esto debe evitarse aplicándose un paño húmedo frio en la cabeza, durante los primeros diez minutos. Privando al cuerpo de su calórico superfluo, el agua pronto se pone caliente. Al principio las partes que están mojadas se enfrian, pero á poco tiempo toda la masa de la sangre, por la rapidez de su circulacion, pasa á las partes frias y las calienta, y la parte superior del cuerpo se va refrescando gradualmente.

Despues de estar por algun tiempo en un baño de asiento, el pulso afloja y las congestiones de la cabeza por reaccion descienden á las partes inferiores y los dolores de cabeza, calor en las ojos, dolores de muelas, y las inflamaciones de la garganta se alivian. Este modo de refrescar la cabeza es tardo; pero es mas suave y mas cierto que la inmediata aplicacion de agua fria á las partes, porque la reaccion del sistema que sigue á la aplicacion, si no se hace continua aumenta por su efecto secundario la congestion que habia calmado con su accion primitiva.

La accion de los baños frios de asiento y de piés es derivativa, si es usada por un corto tiempo (media hora) sin cambiar el agua. A veces disminuye las congestiones de sangre en las partes superiores del cuerpo por la consecutiva reaccion del sistema, que acelera la circulacion capilar de las partes sumergidas. De aquí su utilidad en las almorranas, las mestruaciones dolorosas, y poco abundantes, &c. Pero cuando se requiere combatir inflamaciones de intestinos, disenteria ó diarreas crónicas, se emplea desde luego los baños de asiento con la frialdad de 61 grados de Farhencit. En este el enfermo se queda por horas, cambiando el agua á cada media, y cada vez un poco mas fria, hasta que lo esté enteramente: durante dicho tiempo, se debe recurrir á abundantes frotaciones de agua fria, pero no en grandes cantidades de una vez, hasta que produzca un temblor que muy pronto refresca el cuerpo entero.

Los baños de asiento se usan con mas frecuencia y son mas suaves que los baños enteros ó abluciones, qué no se pueden tomar por mas tiempo de cinco minutos; y no hay enfermo que segun la costumbre establecida en Graefenberg, no los deba usar una ó dos veces al dia. La frotacion con las manos da mayor efecto á estos baños escitando la circulacion de la sangre en el abdomen.

CAPITULO 10.

METODO HIDROPATHICO DE CURAR LAS ENFERMEDADES,

Gota y reumatismo.

La gota tiene diferentes nombres segun las partes que afecta. Se denomina chiagra cuando ataca á las manos: podagra cuando ocupa los piés, y gonagra cuando está establecida en las rodillas.

Declaro con un perfecto conocimiento de causa, y con una profunda conviccion fundada sobre hechos numerosos y notorios, que el procedimiento sudorífico y el agua fria son los únicos medios de curar esta enfermedad.

Los baños calientes de vapor, ayudados por los medios de la medicina, pueden producir la transpiracion, pero son debilitantes, y pocas constituciones los pueden soportar.

La cura de la gota exige la aplicacion de todo el tratamiento. Se debe aplicar en todo el cuerpo antes de fijarlo en las partes enfermas ó afectadas. El primer objeto se obtiene con el procedimiento sudorífico y los baños para aliviar la escesisiva irritabilidad del cútis, que es el orígen de tanto dolor, agregando á este el ejercicio al aire libre. Los gotosos deben dejar gradualmente el uso de la franela pegada al cuerpo, lo que pueden hacer en el verano al quinto dia del tratamiento, y en invierno mas tarde, y siempre sin la mas leve incomodidad. Cuando el enfermo no esta muy endeble, puede ir inmediatamente á la ducha, teniendo cuidado de que le caiga el agua igualmente en todas las partes de su cuer-

po; pèro sé debe usar esta medicina por dos ó trés minutos y solamente cuando se halle capaz de sufrirla con facilidad el paciente, esponiendo las partes afectadas para poner en movimiento los humores que se han fijado en ellas.

El procedimiento de la transpiracion fuerte es de la mayor importancia en casos de gotá, y particularmente para los que han tomado otros remedios. Mientras el enfermo está envuelto en la manta de lana, se deben tambien aplicar vendajes en las partes enfermas y renovarlos segun el procedimiento indicado; pocos pasan mas de cinco ó seis semanas bajo el influjo de este método sin tener la crísis; quiero decir, sin que el paciente se llene de erupciones ó abcesos.

Al parecer la crísis, es necesario que la ducha sea moderada, para no tener lugar á que aquella se aumente; la transpiracion debe ser mitigada, y el paciente debe estar menos tiempo en el baño; muchas veces es preciso tomar solo baños de asiento y de piés particularmente los que están espuestos á la acumulacion de sangre en la cabeza, ó cuando la gota está situada en dicha parte del cuerpo. Cuando la crísis es intensa, es suficiente envolverse en una sábana mojada y usar abluciones frias: al quitarse la sábana seria mejor evitar el uso del baño.

El tratamiento mitigado asi, se continúa; escepto cuando la irritacion llega á ser peligrosa; en este caso se debe suspender, menos los fomentos generales ó los vendajes, que se deben remover dia y noche y los baños de asiento. Estos no son suficientes para restablecer la calma.

No debo olvidar prevenir á los gotosos, que deben durante todo el tratamiento beber una gran cantidad de agua fria. Este líquido tomado en abundancia, disminuye los humores y favorece la transpiracion; á lo que se debe añadir tanto ejercicio como se pueda hacer, sea á caballo ó á pié. Y para hacer ejercicio que equivalga á los ya mencionados se asierra un trozo de madera, ó en caso de necesidad se pasea en coche; pero si está precisado á quedarse en casa, la cantidad de agua que se debe beber no se ha de

acortar. Ademas he visto curarse un caso de gota en la cabeza, con solo beber agua, y hacer abluciones de agua fria, aunque el enfermo estaba incapaz de poder salir de su habitacion.

Hay muchos gotosos en quienes la enfermedad no es meramente local, sino que se manifiesta en todo el cuerpo. Cuando existe en las regiones superiores, se les prescriben baños de piés para atraerla á las estremidades inferiores, sin olvidar los fomentos de las partes afectadas para alterarlas y ponerlas en movimiento: éstos baños se deben tomar una ó dos veces al dia, por lo menos de media hora cada uno.

Es un caso comun ver la gota afectar las estremidades inferiores; los piés son mas amenudo las partes donde se establece esta enfermedad; baños frios de piés, son un pronto y poderoso remedio. El agua para los baños de piés no debe pasar de los tobillos.

Cuando la gota se fija en las caderas ó en cualquiera otra parte de la estremidad inferior, se llama gota sciática. Siendo tan eficaces los baños de asiento, no se debe temer al ver que aumentan los dolores; pues este es un signo del movimiento dado á los humores artríticos. Estos se aumentan aplicando la ducha á las partes afectadas; el humor al fin desciende á los piés, de donde se quita con los baños de piés que se deben tomar alternando con los de asiento. Es preciso aplicar fuertemente la ducha á las partes afectadas por la gota, y continuamente aplicar vendajes mojados como tambien frotarlas vigorosamente cuando se está en el baño frio: lo mismo se hace con la mano seca cuando se está envuelto en la manta para transpirar.

Estas frotaciones mueven y quitan de su lugar los humores morvíficos. La cabeza es la única parte que no se debe esponer á la ducha; con solo la aplicacion de vendajes es suficiente para la cabeza, particularmente poniéndolos en las sienes que es por lo regular donde se sienten los dolores

mas agudos, y tomar todos los dias baños de piés y de asiento para atraer los humores á las estremidades inferiores. En este caso el procedimiento sudorífico se debe cortar.

Ahora demostraré el tratamiento del dolor de clavo, que es una especie de gota; ya he dicho que la ducha no se debe aplicar á la cabeza. El primer medio és mojar todo el cuerpo con agua fria: si esto es insuficiente, se debe tomar un baño de asiento por dos horas, bebiendo bastante agua, y del baño de asiento inmediatamente se debe pasar al de piés. Este tratamiento es muchas veces suficiente para poner fin al parasismo; si de esta manera no cesa, se pondrá un vendaje mojado en la cabeza y se hará ejercicio en sitio en que la temperatura esté fria. Desapareciendo el dolor, el paciente se debe estar quieto por algunos dias, y abstenerse de la transpiracion, durante los dias de descanso, se debe tomar alternativamente por dias un baño de asiento y uno de piés, y remover con frecuencia los vendajes mojados en las partes afectadas, sin olvidar el beber bastante agua fria; es preciso dar un paseo al aire líbre despues de cada baño. Este es el modo con que traté el espantoso dolor nervioso que casi me habia reducido á la desesperacion, y al fin triunfé. Tomé una resolucion firme de efectuar todas las operaciones que exija el adelanto de la enfermedad. ¿Pero qué no es capaz de sobrellevar un hombre que desea vivir? Los que están atacados de la gota, deben recurrir inmediatamente á las abluciones y baños de asiento: asi se acorta siempre el parasismo, y algunas veces se corta en su primera aparicíon. Este tratamiento tiene la ventája de que al dia siguiente, ó aun en el mismo dia, el enfermo se puede esponer al aire libre, sin correr riesgo de una recaida. Esta es una ventaja que no pertenece á ningun otro método.

El intervalo de los parasismos, las personas afectadas de dolores artríticos en la cabeza, harian bien en tomar los baños de dicha parte para póner en movimiento el humor gotoso y despojar aquella, lo que sucede muchas veces bajo la forma de postemillas en las orejas. Por cualquier dolor

que estas postemillas pueden causar, no se deben descuidar los baños de cabeza y los fomentos frios ó vendajes sobre las partes afectadas. El abrirse estas, causa grande alivio; si no se abren es porque el humor ha sido espelido por la transpiracion.

Los baños de piés se deben emplear cuando el tratamiento haya afectado todo el sistema, para evitar una reaccion demasiado fuerte en los órganos superiores.

El dolor causado por la formacion del abceso que produce el baño de cabeza, se diferencia esencialmente del que caracteriza el dolor nervioso; es menos agudo, aunque turba el sueño por algunas noches: es mas punzante que destructor, fatiga la dentadura y las sienes y continuamente corresponde hácia el oido.

No concluiré este capítulo sobre la gota en la cabeza, sin advertir al enfermo que la estricta observancia del régimen de Graefenberg es una de sus importantes obligaciones. Ya he dicho que este procedimiento se debia mitigar en los casos de necesidad, y añadiré que seria mejor transpirar un dia sí y otro no. Pero, ¿cómo soportar una vida de ociosidad? Respondo preguntando, si hay algun otro método menos tardio y mas eficaz. Hay un recurso donde podemos cobrar ánimo, y es la sentencia pronunciada por las escuelas médicas, que han declarado que la gota es una enfermedad incurable.

Lo que he dicho sobre la gota y su tratamiento, se aplica igualmente al reumatismo, que tiene gran semejanza con ella, que se le supone el mismo orígen, y á menudo se confunde uno con otro; así el tratamiento es el mismo y consiste en abundante transpiracion, la ducha y vendajes en las partes afectadas.

Al lector tal vez le interesará leer la narracion de algunas de las curas de gota, que se efectuaron en Graefenberg durante mi estancia allí.

Mr. Werbourg, consejero de un rey, habia padecido por seis años de la gota: esta, despues de haberle afectado di-

ferentes partes del cuerpo, concluyó estableciéndose en los piés: los tenia inflamados y muy encarnados. Los baños de piés en una decocion calientes de plantas, ordenada por la facultad, aumentaron el dolor de tal manera, que el enfermo, reducido á la desesperacion, recurrió á la agua fria; los repetidos baños de piés despues de algunos dias, hicieron desaparecer la inflamacion y el calor subido. Admirado del feliz efecto del agua fria, fué á Graefenberg, donde siguió el método. Teniendo 65 años, estaba obligado á proceder con gran cuidado; por eso solamente transpiraba en la sábana mojada, y no tomó la ducha. Lo restante del método no fué alterado: al cabo de dos meses marchó radicalmente curado.

Una niña de siete años padecia por espacio de un año dolores en el pecho; despues de haber usado mil medicinas en vano, su padre, Mr. de Graderlain, la llevó á Graefenberg. Priessnitz dijo al momento que era reumatismo, y que se hacia cargo de la cura: le ordenó que usase un vendaje mojado en el pecho; de esto resultó fiebre y aumento de dolor. La niña fué envuelta en una sábana mojada que se le mudaba varias veces al dia, y cada vez que se le cambiaba se lavaba con agua templada; asustados sus padres con la calentura, que continuó durante diez dias recordaron que el médico que los habia mandado á Graefenberg, les habia dicho que si el tratamiento aumentaba la enfermedad, lo dejasen inmediatamente. Así, pues, resolvieron llevársela á su casa. Para este viaje se vieron obligados á hacer traer un carruaje, pues allí no lo habia. Durante los dos dias que emplearon en buscarlo concluyó la crisis, y la niña estaba tan buena que cuando volvieron sus padres la encontraron jugando en el campo. El tratamiento se continuó por algunas semanas, y se restableció perfectamente la salud de la enfermita.

Un clérigo que fué á administrar el bautismo á alguna distancia de su casa, volvió con un resfriado y el estómago sobrecargado de alimentos. El mismo dia fué atacado de reumatismos en la espalda y en los brazos, sin poderlo curar ningun médico: este estado duró un año. Entonces determinó ir á Graefenberg, donde despues de haber bebido, transpirado, y

bañádose por espacio de tres semanas, le sobrevino una erupcion por todo el cuerpo, que lo libró del dolor. La continuacion del tratamiento le curó la erupcion, y tambien la dificultad en la respiracion que estaba complicada con el reumatismo.

Fiebre inflamatoria, fiebre nerviosa, &c.

La fiebre inflamatoria, como toda especie de fiebre aguda, halla un remedio cierto en el uso del agua fria, mediante los fomentos generales; es decir, en las sábanas mojadas y en los baños de aciento, renovado uno y otro segun la malignidad de la enfermedad. Algunos médicos niegan la posibilidad de curar la fiebre nerviosa tifoidea con agua fria, responderé remitiéndolos á los escritos de los doctores Curry, Reuss, Milius y Welgt, donde podran convencerse de esta verdad. Quiza honrarán con alguna creencia el testimonio de los médicos á quienes aludimos, pues estos profesores de la ciencia médica han curado á miles, siguiendo en muchos casos el sistema del agua fria. Ilustraré el tratamiento referido con dos casos de esta enfermedad que presencié durante mi permanencia en Graefenberg.

Poco despues de mi llegada, fuí atacado de una fuerte fiebre. Tomé primero un baño de piés, luego uno de asiento, en el cual estube una hora. Un amigo mio, viendo que la fiebre aumentaba y que se me puso muy encarnada, se amedrentó y fué corriendo á llamar á Priessnitz, el cual vino á verme á las nueve de la noche: al instante me envolvió en una sábana mojada, que se mudó á la media hora, quedándome en ella por una hora, durante cuyo tiempo dormí como habia pronosticado Priessnitz; despues de esto me lavaron con agua fria, y me pusieron otra vez en el lienzo mojado, con lo cual empesé á transpirar abundantemente y á sentir mucho alivio. Dormí hasta las tres de la mañana que me volviéron á lavar y á ponerme otra vez la sábana mojada, transpiré hasta las seis, y cuando estaba cubierto de sudor me metieron en un baño de agua fria, donde estube pocos momentos. Despues salí á dar un paseo y volví á las ocho á almorzar, sin calor y hasta sin endeblez.

Despues he visto usar muchas veces este método con los niños atacados de fuertes calenturas, y siempre con buen resultado. A veces sucede que la fiebre es obstinada, y dura mas tiempo que lo comun. Entonces el tratamiento debe sostenerse hasta destruir la causa de la enfermedad.

El tiempo que dura una fiebre tifoidea nerviosa y sus perniciosas consecuencias son bien conocidas. ¡Qué diferencia entre los resultados de las drogas y del agua!

Hé aquí un caso que no me aconteció á mí, pero del cual fuí testigo ocular. Un comerciante fué atacado de fiebre nerviosa con delirio. La enfermedad comenzó por una sensacion de ardencia en el estómago, que pronto causó enfermedad. Tomó un baño de asiento el cual no le hizo bien ninguno. Como el dolor de cabeza y las náuseas aumentaban, bebió tanta agua que le produjo vómitos, los cuales le aliviaron: no obstante, á la hora (diez de la noche) el enfermo se puso peor, y perdió el conocimiento. En este estado corrió por toda la casa con una luz en la mano. De cuando en cuando recobraba sus sentidos, y se admiraba de hallarse de aquel modo; pero el delirio pronto le volvia: asi pasó toda la noche. Serian las nueve de la mañana cuando Priessnitz enterándose del hecho, fué á verlo y lo encontró en la cama con los ojos fijos, la boca abierta, la lengua seca y ardiente, y totalmente privado de sentido. Priessnitz inmediatamente le ordenó un baño de asiento en el que estubo por media hora é hizo que le frotasen con agua fria. Despues de esto, lo envolviéron en una sábana mojada que se renovaba cada diez minutos; á la hora tomó otro baño de asiento por media hora, y fué puesto otra vez en la sábana mojada. Pronto empesó á transpirar, y dio señales evidentes de estar mas aliviado. Estas operaciones se continuaron hasta en la tarde, que volvió en sí: durmió toda la noche; por la mañana estaba en un estado de transpiracion bastante crecido; pero del todo libre de dolor. A las ocho de la mañana pidió algo que comer y le dieron pan con leche; y para la comida se le dió sopa de caldo de carne con cebada del norte. El resto del dia lo pasó con bastante quietud; la

segunda y tercera noche estuvo casi lo mismo que la primera. Al cuarto dia probó á tomar un baño frio, pero le entraron unos dolores de cabeza disparatados, y asi tomó un tibio á la temperatura de 61 grádos de Farenheit. Esta enfermedad le empezó el dia 8 de Setiembre. El catorce del mismo el enfermo comió con los demas, y participó de todo lo que entró en la mesa. Pocos dias despues se fué de Graefenberg perfectamente curado.

Priessnitz dice que esta enfermedad tomada en su origen, se cura fácil y prontamente; pasado tiempo se requiere mas para curarla. No obstante cualquiera que haya sido su duracion, el agua fria es siempre eficaz.

Durante la permanencia del autor en Graefenberg, se presentaron otros varios casos estraordinarios de fiebre. A un hombre lo tuvieron en el medio baño por nueve horas y media, y otros dos individuos fueron puestos entre cuarenta y cinco sábanas mojadas, por espacio de veinte y cuatro horas. No necesitamos repetir que estas operaciones tubieron buenos resultados, porque afirmamos que á Mr. Priessnitz jamas se le ha conocido errar en casos de fiebre.

FIEBRE INTERMITENTE.

Esta enfermedad aparece todos los años en las fortalezas de Nenstadt y de Cassel, en el territorio de Prusia; los enfermos van todos los años en gran número á Priessnitz que los cura prontamente, metiéndolos durante el parasismo de la fiebre en un medio baño por largos ó cortos periodos: estándo en él son bien frotados en agua fria, hasta causarles vómitos ó despeños, y se les pone un vendaje mojado en el abdomen, el cual produce la transpiracion. Este es todo el tratamiento necesario para una enfermedad, que frecuentemente necesita recurrir á la quina, su remedio específico, y á todas las demas drogas que emplean los médicos contra ella.

HIDROPESIA.

Esta es úna enfermedad que cuando está muy adelantada no se puede curar en Graefenberg. En su principio es cu-

rable. El tratamiento consiste en transpiracion y vendajes frios mojados, aplicados en las partes afectadas.

CANCER.

Sin duda se admirarán mis lectores al oirme afirmar que el agua fria es la mas cierta cura para el cáncer: sin embargo, nada es mas cierto. El tratamiento es el mismo que el de las úlceras, á escepcion del uso de la transpiracion. Para el cáncer, el enfermo debe transpirar por largo periodo todos los dias.

Una señora tenia un zaratan en el pecho: la enfermedad continuaba aumentando, á pesar de todos los remedios internos y esternos que se le aplicaron; por último se le propuso la amputacion á lo cual accedió la enferma. Al ver los instrumentos se desmayó, y la operacion se dejó para el dia siguiente. En el ínterin alguien le habló de Graefenberg, donde determinó ir. Despues de seguir por seis semanas el tratamientó, se le puso el pecho mejor, y se fué á su casa aconsejándole Priessnitz que continuase la cura, la que pronto fué coronada con el mas completo y feliz éxito.

COLERA

El tratamiento de esta enfermedad depende mucho de la constitucion del paciente, y de la naturaleza del ataque. La temperatura del agua debe ser mas alta cuando la constitucion es endeble, y el sudor menos. Cuando el enfermo está privado de sentido, el tratamiento se debe empezar con ayudas frias; si el paciente es atacado de vómitos y deposiciones alvinas dolorosas, se debe meter en un baño de asiento á la temperatura de 62 grados. Si al mismo tiempo tiene dolor de cabeza, se le aplicará un fomento frio, y se le darán continuamente fricciones en el estómago y abdomen, mientras otra persona debe frotarle la espalda, los brazos y las piernas con las manos metiéndolas á menudo en agua fria, y estas frotaciones se deben continuar hasta que el calor natural se restáblezca en el cutis. El paciente debe beber agua fria en grandes cantidades lo cual pone fin á los vómitos y al despeño. Produce ambas cosas en el caso de un enfer-

mo que no esté atacado de ellos, y continuándolo hace que cesen las evacuaciones.

No hay ninguna enfermedad en que sea mas preciso beber agua fria en abundancia. Presencié un caso de cólera en que el efermo bebió treinta vasos de agua en una hora. Priessnitz efectuó su cura en tres dias.

Cuando los síntomas están ya habitados, se debe meter en cama al enfermo y frotarlos continuamente con la mano seca hasta que vuelva el calor al cuerpo, lo que debe hacerse para que sude bien. Cuando aparece la transpiracion el enfermo no se puede considerar curado. Al reaparecer los síntomas, se debe recurrir al mismo procedimiento. Cuando se efectúa la transpiracion, las ventanas deben abrirse por el espacio de tiempo que quiera el enfermo, entonces se debe meter en el baño, y despues si tiene fuerzas suficientes, debe hacer ejercicio al aire libre, y no dejar de ponerse siempre un vendaje en el estómago. El uso interno del agua fria es indispensable durante el procedimiento sudorífico, y se debe continuar tambien despues.

En caso que el enfermo esté demasiado endeble, se debe tener en perfecto reposo; lo que contribuye mucho para el restablecimiento de las fuerzas agotadas; pero si la constitucion del paciente es robusta el agua que use deberá ser sumamente fria; por este medio puede sin cuidado transpirar con abundancia. La enfermedad se debe tratar con la misma energía cuando llega á su mas alto grado de gravedad. En los primeros ataques, el método curativo surte en corto tiempo unos efectos sorprendentes; pero no tiene los mismos cuando la enfermedad se ha descuidado en su principio: sin embargo, con paciencia y perseverancia es aun seguro el éxito.

Finalizaré este capitulo con las siguientes observaciones, que recomiendo á la atencion del lector:—El agua destinada para beber, la que se usa en baños y abluciones mientras mas fresca es mejor. En caso de ser preciso aumentar la temperatura del agua, se puede mezclar con un po-

co de agua caliente. La curacion de cólera se puede solamente efectuar reproduciendo la transpiracion; esta gran funcion no puede reanimarse nunca sino restituyendo la energía á los órganos de la piel que la habrian perdido, y que solamente se obtiene con la irritacion que causa el agua fria.

El agua fria se debe mantener á una temperatura igual para sostener esta irritacion saludable; tambien debe tenerse gran cuidado de renovar la del baño cuando principie á caldearse.

Cuando el enfermo está metido en el baño no debe llegarle el agua mas que hasta el ombligo; para obtener esta altura se debe alzar el baño por la estremidad opuesta á la que está sentado el enfermo. Los muslos y las piernas quedando fuera del agua se deben frotar enérgicamente para atraer otra vez el calor.

Se comprende facilmente que si el agua del baño está demasiado fria, seria peligroso que la reaccion no se efectuase. La temperatura de la agua fria debe ser proporcionada á la fuerza que le haya quedado al enfermo.

Los fomentos deben ser de agua caliente.

Las abluciones no deben ser mas largas que lo necesario para refrescar las partes acaloradas, como se emplean despues del procedimiento sudorífico; es decir por tres ó cuatro minutos.

Si las partes inferiores se afectan con calambres, se deben meter en agua y frotar bien hasta que cesen.

Para los dolores violentos en el estómago, calambres en el intestino recto y despeños fuertes, *evacuaciones alvinas*, se debe usar alternativamente de las lavativas y de los baños de asiento.

Cualquiera atacado del cólera debe comer poco, no tomar leche ni beber agua en abundancia.

El tratamiento del agua fria se debe continuar por largo tiempo, tanto para evacuar los humores dañinos que puedan quedar en el cuerpo, como para restaurar las fuerzas.

Priessnitz en su establecimiento ha tratado sucesivamente diez y siete casos de cólera, y los ha curado todos

en pocos dias. No he presenciado estos hechos; me los han referido; pero el siguiente caso sucedió durante mi permanencia en Graefenberg.

Llegó á Graefenberg el inspector de una aldea pertenecciente á la corona; estaba enfermo seis semanas habia; era de constitucion robusta: durante aquel tiempo habia esperimentado todos los síntomas de cólera escepto de enfermedad. Se admiró al ver que se le ordenaba que bebiese leche y comiese pan y manteca, lo que hizo por la mucha confianza que tenia en Priessnitz. Despues que pasó este fué á su habitacion, donde encontró preparado un baño de asiento á la temperatura de 55 grados de Farenheit, que le estaba aguardando. Aun se admiró mas cuando despues de algunos minutos sintió una gran descarga de viento que le alivió los dolores de estómago. Al salir del baño se metió en la cama, aplicándole antes un vendaje en el estómago; y durmió hasta el dia siguiente. Esta fué la primera vez que habia dormido desde el principio de la enfermedad. Quedó completamente curado, y volvió á su casa bueno del todo.

DISENTERIA.

Los resfriados y el abuso de las frutas no maduras son las principales causas de esta enfermedad. Se compone de frecuentes evacuaciones de humores sanguinolentos, acompañados de dolores violentos en el estómago, de ardentia en el ano, y tenemos, esto es, de un constante deseo de evacuar, sin poder espeler mas que viscosidades. El tratamiento es el mismo que el de la diarrea.

OBSTRUCCIONES DE LAS ARTICULACIONES.

Presencié tres de estos casos en Graefenberg. El primer paciente era un jóven de diez y siete años de edad, el cual curó pronto, los otros dos uno de veinte y cinco y el otro de veinte y ocho años, se quêdaron en Graefenberg de nueve meses á un año. Todos tres habian contraido su enfermedad de una caida de rodillas, única parte afectada; ninguno de ellos podia andar sin baston. Todos concluyeron la cura en sus casas.

El tratamiento de esta enfeimedad consiste esclusivamen-

te en un baño de dos horas en las partes afectadas, y la ducha que se debe tomar dos veces al dia. Darante el baño se deben frotar las piernas de cuando en cuando.

Cuando la enfermedad es antigua, es necesario agregar á estos dos medios el procedimiento sudorífico. Es raro que concluya la cura sin que salgan granos ó abcesos en las partes afectadas. Entonces se deja la ducha y solamente se vuelve á tomar cuando estas se hayan cicatrizado. Las partes enfermas se deben duchar por veinte ó treinta minutos: como esta operacion seria demasiado larga para el cuerpo, se debe cubrir bien y proteger de todas las salpicaduras del agua.

SABAÑONES.

Priessnitz aplica fomentos calientes ó vendajes en las partes afectadas; asi se curan pronto si son resientes. Si son antiguos, entonces se debe transpirar. Ha de suponerse que en los humores de las personas debe haber algunas sustancias viciadas que se espelen por las partes enfermas. Este procedimiento conviene con la conocida costumbre general de cubrir con nieve un miembro helado hasta que se halla restablecido el calor.

FRIALDAD HABITUAL DE LOS PIES.

Esta se remdia tomando baños frios desde quince á veinte y cinco minutos dos veces al dia y liarlos por la noche en vendajes templados. Debe hacerse mucho ejercicio, asi la sangre se distribuye volviendo á la parte inferior y recibiendo su porcion cada parte del cuerpo.

SUDOR FETIDO DE LOS PIES.

Esto generalmente se alivia con baños de piés y usando un fomento caliente ó vendajes por la noche; pero no se cura sin el procedimiento sudorifico para purificar la sangre

INFLAMACION DE PECHO,

Esta enfermedad es hija de una acumulacion de sangre en los pulmones, seguida de la falta de circulacion.

En esta clase de enfermedad, la primer cosa que se ha de hacer es refrescar la sangre que está en una especie de hervor, y disolver la obstruccion y la estancacion de este fluido en las partes afectadas. Para obtener esto, el agua fria

no se debe aplicar inmediatamente á las dichas partes. La impresion de frio ¡aumentando la ya demasiado grande contraccion de los vasos, aumentaria la inflamacion. El baño entero seria tambien dañoso, repeliendo los humores de la superficie al centro y sobre cargando asi el miembro enfermo de mayor cantidad de sangre.

Los baños de asiento son el medio mas seguro de mitigar la inflamacion, por la propiedad que tienen de refrescar la sangre y causar una fuerte reaccion en las estremidades inferiores, que están remotas de las partes enfermas; reaccion que desvia la sangre de los órganos afectados. Esta operacion se debe efectuar de la manera siguente.

La temperatura del agua para el baño de asinto debe ser de 60 grados de Farenheit y renovarse cada media hora, hasta que el enfermo sienta la calentura. Los síntomas de esta fiebre promovidos por el agua son siempre temblor en los miembros, castañeteo de dientes &c.: la accion repulsiva del baño de asiento ha de ser secundaria por la aplicacion de vendajes frios mojados al pecho, que debe cubrirse bien con ellos, y sin cubrirlos con vendajes secos. Los vendajes se renovarán de cuando en cuando. Se debe tener cuidado de cubrir bien las otras partes del cuerpo para dar mas circulacion libre á la sangre. Es preciso tambien frotar las estremidades con agua fria, mientras el enfermo está en el baño. Solamente se deben de usar las manos en esta operacion, teniendo cuidado de que estén siempre húmedas. Asi que se perciba que las manos y los piés del enfermo están calientes, se puede concluir que la masa de la sangre esta refrescada, y la circulacion en su estado natural; entonces el enfermo se mete en la cama envuelto en una sábana mojada, cuya propiedad es causar una irritacion para mover mas y mas la circulacion. No se debe olvidar, mientras el enfermo está en cama, el cubrirle el pecho con un vendaje frio mojado, á fin de que aquella parte del cuerpo pueda ser fortalecida.

Cuando la enfermedad se obstina, es algunas veces necesario renovar las sábanas mojadas y los baños de asiento. Cada vez que se le mudan se debe el paciente lavar en agua quitado el frio. Durante todo el tratamiento, el agua

fria se debe beber con frecuencia, pero en cantidades cortas cada vez.

La ventaja de este procedimiento se confirma con el suceso que siempre ha seguido al tratamiento de los casos de esta enfermedad que Priessnitz ha emprendido. Estas curas se hacen siempre en pocos dias. Asi se ha encontrado un remedio para una enfermedad que ha burlado toda la ciencia médica.

ESCROFULAS, RAQUITIS.

Estas dos enfermedades son tambien curables segun la Hidropathia. Sin embargo, cuando la raquitis ha penetrado en toda la envoltura del cuerpo nada se puede hacer con el agua para la encorvadura de los mienbros. La ducha es el principal instrumento en esta cura, con el auxilio del procedimiento sudorifico empleado enérgicamente. Es preferible á lo demas envolver al enfermo en una sábana mojada. El baño frio se debe tomar dos veces al dia; si las articulaciones y las glándulas están inchadas, se deben frotar bien, y usar constantemente de vendajes. Las glándulas de la garganta y las de la nariz requieren gargarismos con frecuencia, y sorver agua por la nariz.

Siempre se ha recomendado á las personas raquíticas bañarse en los rios colocándose en la corriente del agua; como por ejemplo debajo de la caida de agua de un molino. Esto se aseméja algo á la cura en Graefenberg.

ESCARLATINA, SARAMPION, VIRUELAS.

La fiebre que generalmente acompaña á estas enfermedades es la que produce todo su peligro. Al instante que se observe se debe envolver al enfermo en una sábana mojada y así dejarlo dia y noche. Si la fiebre es virulenta la sábana se debe renovar cuando se pone caliente. Cuando el enfermo transpira, todo el cuerpo se debe lavar con agua templada á los 61 grados Ferrenheit que no esté demasiado fria, ni tampoco tibia. Este es un medio cierto de moderar la fiebre, y el calor que le acompaña. De este modo, particularmente con los adultos, se evitan los malos resultados de estas

enfermedades tan comunes, y peligros con cualquier otro género de tratamiento.

No aconsejaria que se rociase todo el cuerpo con agua fria; las constituciones fuertes pueden sufrirlo, pero seria de temer que falte la reaccion en las personas endeblez; si así fuese, la muerte seria inevitable. La fiebre es, como ya he dicho, el único peligro que se debe temer en estas enfermedades. Su violencia es la que cierra los poros, é impele que salga fuera la materia eruptiva. El modo de moderarla y de facilitar la erupcion, es el que ya se ha descripto, cuya eficacia es sancionada todos los dias por la esperiencia. Mr. Mundé aludiendo á estas enfermedades, dice: "ahora mencionaré tres casos que sin medicina, ni ninguna otra cosa mas que agua fria, efectué en mi familia. La primera es un caso de sarampion en un adulto; las otras dos fueron de escarlatina en mis dos hijos pequeños".

"Mi criada de 20 años de edad, fué atacada del sarampion. Reusando todos los medios, le propuse para combatir su fiebre, que era muy fuerte, que se envolviese en una sábana mojada, en lo que convino, y pronto empezó á transpirar abundantemente: esto me determinó á dejarla asi por siete ú ocho horas; despues se lavó con agua templada á los 61 grados de Farenheit. Esta primera transpiracion fué seguida de una abundante erupcion de manchas encarnadas que le cubrian todo el cuerpo. Le repetí el mismo procedimiento al dia siguiente, y se le quitó la fiebre. Sus padres sabiendo que estaba curando su hija, vinieron á llevársela á su casa, temerosos de que este tratamiento pudiese tener concecuencias peligrosas. A los doce dias de enferma volvió á su servicio, asegurándome que mientras habia estado en su casa, no habia tomado otro remedio sino agua fria.

Dos hijos mios el uno de ocho años y el otro de cinco, fueron atacados de escarlatina; el mayor primero. Fué envelto en una sábana mojada. A los tres dias, el de cinco años cayó enfermo, sin duda porque ya estaba infeccionado. Los otros dos no la tuvieron. El segundo enfermito conservó su buen humor y apetito, y le envolví en la sábana, pero se curaba por

la mañana y por la tarde. La fiebre en ambos fué muy moderada. Todo seguia segun mis deseos, cuando mi esposa se puso tan alarmada, que suspendió el tratamiento por cuatro dias. La concecuencia de este fué redoblarse la fiebre, y sufrir el niño dolores que lo privaban de moverse. Era tan violento el dolor que tenia el mayor en la parte posterior de la cabeza, que se temió una inflamacion cerebral. Segun los deseos de mi esposa que ya habia visto la estravagancia de sus temores, empecé otra vez mis tratamientos. Entonces le dí un baño de asiento, despues le envolví en una sábana mojada mudándosela de media en media hora. No tardó mucho en dormirse: el sueño le duró bastante tiempo, me probó la eficacia de mi procedimiento, y me animó á seguir con mis baños de asiento y fomentos generales. Habiendo restablecido el órden regular del sistema, puse al enfermo en una cama seca, donde durmió algunas horas. A los dos dias desapareció todo el peligro. A los diez dias de enfermedad le sobrevino la escamacion del cútis. El enfermo á esepcion de un poco de endeblez, estaba perfectamente curado. La enfermedad del mas chico fué tan sencilla que no necesitó mas que las abluciones. Acompañó á su hermano durante toda su enfermedad. Tres semanas despues de principiada la erupcion, los llevé á pasear con tiempo frio, sin que esto produjese ningunos malos resultados. Debo ademas advertir que dos dias antes de esponer sus nuevos, finos y delicados cútis al aire fresco, los bañaba mañana y tarde en agua fria."

ERISIPELA.

Esta enfermedad es hija muchas vezes de un esfuerzo de la naturaleza para librarse de un humor dañino. Tambien la causan las impresiones esteriores.

Esta enfermedad, que es solamente el reflejo de otra interior, no se debe sujetar en el momento á las abluciones frias, pues eso repeleria la erupcion que trae las sustancias viciosas á la superficie. En el tratamiento ordinario de ella no se recurre sino á aplicasiones secas que son ineficaces.

En Graefenberg, el uso del agua fria para el tratamiento

de esta enfermedad nunca se ha conocido tener resultados desgraciados. Es verdad que no es cura local, pues todo el cuerpo está sujeto á ella. El enfermo debe transpirar en una sábana mojada, beber gran cantidad de agua, y aplicarle un vendaje caliente á las partes enfermas. Este método, que estruye todas las abluciones de agua fria, siempre tiene buen éxito.

Tos convulsiva, y otras enfermedades é indisposiciones en la infancia y niñez.

Creo haber dicho ya que la agitacion, el calor escesivo, y la irritacion febril en los niños se curan con los fomentos generales de la sábana mojada. La irritacion específica de la tos convulsiva no es tan pronto curada por estos medios, pero sin embargo se alivia bastante. Se debe tener cuidado de que el agua que beban al principio esté templada: teniendola en la habitacion del enfermo por media hora, bien tapada, se podrá beber.

INFLAMACION DEL CEREBRO.

Esta enfermedad que es tan rara en los adultos como comun en la infancia, procede de causas interiores ó de una lesion esterior. Su tratamiento solamente se diferencia del de la inflamacion del pecho, en que los fomentos frios en la cabeza se deben renovar como las sábanas mojadas en que se envuelve el enfermo. Algunas veces es preciso mudárselas cada diez minutos. Si la enfermedad parece agravarse mas, se deben tomar los báños de asiento alternándolos con las sábanas mojadas.

Ahora referiré una milagrosa cura que se efectuó por este procedimiento en el pequeño pueblo de Freiwaldau. Un trabajador cayó de una altura: habiéndose fracturado el cráneo, le causó la inflamacion del cerebro, y el enfermo fué enteramente deshauciado por el médico del pueblo. Priessnitz lo visitó; al dia siguiente recuperó los sentidos, y despues de algun tiempo estabá perfectamente curado.

OPTHALMIA, O INFLAMACION DE LOS OJOS.

La inflamacion de los ojos es generalmente catarral ó

reumática, y exige el mismo tratamiento que el reumatismo y la gota. Nunca la he visto vehemente, pero siempre crónica.

Al tratamiento raumático, Priessnitz añade los baños de ojos y la ducha. Esta última se debe recibir en las manos juntas, desde donde el agua, viniendo de una altura, rebotará á los ojos. Los baños de cabeza son tan indispensables como los fomentos para estos órganos. La opthalmia crónica es, de todas las enfermedades curables que hay en Graefenberg, la mas obstinada, y la que requiere el mas largo tratamiento.

Un capitan atacado de esta enfermedad, sintió despues de muchos baños de cabeza que tomaba por tres cuartos de hora un dolor punsante en el dicho órgano, acompañado de hinchazon de los oídos. Se esperaba una postemilla en uno de estos órganos, cuando el dolor dió lugar á un depósito purulento formado en la parte mas gruesa del carrillo, despues de lo cual los ojos se restablecieron.

Otro enfermo fué á Graefenberg con una esfoliacion en la córnea de un ojo. Ademas de todo el tratamiento Priessnitz le agregó los baños de ojos: despues de cada uno de estos el enfermo debia mirar fijamente á la luz y al instante volver á meter los ojos en agua fria. Este hombre, completamente ciego cuando llegó á Graefenberg, al irse ya podia leer con espejuelos.

Un tercéro presentó un caso muy notable de ceguera, resultado de un resfriado adquirido en una caceria. Hacia ya nueve meses que estaba ciego cuando fué á Graefenberg: despues de cada procedimiento sudorífico, al cual se sometia dos veces al dia el baño y el baño de cabeza, salio de los ojos materia mezclada con sangre. Puede decirse que se espelieron algunas libras en el curso de tres semanas. No ví la terminacion de esta cura antes de salir de Graefenberg; pero puedo afirmar que la última vèz que hablé con el enfermo, podia distinguir los colores y tambien los objetos á cierta distancia.

Dolores en los ojos y endeblez en estos órganos.

Estas dos enfermedades se curan aplicando baños en la parte posterior de la cabeza ayudados por un vendaje puesto

sobre los ojos, usandolo dia y noche; baños de ojos, baños de piés y de asiento &c.

Este tratamiento tiene generalmente buen éxito. Los vendajes son muy á propósito para remover el calor escesivo de la parte atacada. Mr. Priessnitz tiene muchos modos de curar los ojos, que dependen de las circunstancias.

SARNA Y EMPEINES.

Estas enfermedades son mas facilmente curadas con el agua fria que con ningunos otros medios. La transpiracion en la sábana mojada cura generalmente, pero los empeines son por lo regular mas dificultosos de curar que la sarna. Requieren mas tiempo y el uso mas enérgico del agua fria. La ducha es tambien indispensable en casos de empeines para atraer los humores morvíficos al cútis. Los empeines mas difíciles de curar son aquellos que han sido repelidos por el mal método curativo. Esta enfermedad es enteramente igual á la gota en punto á obstinacion, porque vuelve á aparecer en el cútis despues de haberse usado por largo tiempo de la ducha. Despues del procedimiento de la transpiracion y tambien de los baños frios, aparecen otra vez bajo formas mucho mas graves al parecer que en un principio. Debemos advertir aquí á los que padecen de empeines, que el régimen que se prescribe en Graefenberg, se debe observar con todo rigor.

ENFERMEDADES MERCURIALES.

Las enfermedades causadas por el uso del mercurio son las que confunden completamente á los médicos. Por estensos que puedan ser los destrozos hechos por esta droga venenosa en el sistema, el enfermo puede esperarlo todo de la Hidropathia, pues ningun método conocido se puede poner en competencia con él como antagonista del mercurio. Este es un hecho admitido por los médicos que hayan presenciado sus efectos.

ULCERAS.

Estas no requieren otro método mas que los vendajes y el procedimiento sudorífico, siendo estos los principales instrumentos de su cura. Mientras mas antigua sea la enfermedad, mas se necesita de la transpiracion. Las úlceras se cicatrizan

por sí mismas, cuando la masa de la sangre está purgada de humores heterogéneos. No nos debemos sorprender al verlas agrandarse bajo la influencia de los vendajes; si no obstante esta agravacion avanza demasiado, entonces los vendajes deben ser secos, y las llagas se deben lavar á menudo con agua tibia.

SIFILIS.

En Graefenberg por medio del procedimiento sudorífico, cura Priessnitz la sífilis del modo mas seguro posible. La he visto en todas formas tratada y curada con mas ó menos prontitud segun la virulencia, complicacion y periodo largo de la enfermedad.

Cualquiera que pueda ser la naturaleza de la enfermedad, sea gonorrea, úlceras, caneros, bubones, &c. en Graefenberg el tratamiento es el mismo; esto es el sudor, los baños, las duchas, los vendajes fomentados y beber agua. La gonorrea requiere la constante aplicacion del fomento frio en las partes é inyecciones de agua fria muchas veces al dia, á esto tambien se debe añadir el baño de asiento por una ó dos horas repetido dos veces al dia. Se debe tener gran cuidado con la dieta. Todos los alimentos deben estar frios.

Como no tenemos espacio para citar una vigésima parte de curas, no parciales, sino radicales efectuadas en Graefenbeg durante nuestra permanencia, pasarémos adelante.

GRIPE, CATARRO FRIALDAD EN LA CABEZA.

Pára ser prontamente curado de estas enfermedades, es suficiente transpirar en una sábana mojada, y despues lavarse el cuerpo con agua templada á los 61 grados de Farenheit para ayudar á la transpiracion. Se debe beber mucha agua fria mientras se esté en cama. La gripe algunas veces produce un grande calor en la cabeza; este se modifica por medio de baños de asiento y vendajes frios mojados en la cabeza. Durante mi tratamiento y el tiempo que estuve estudiando la cura del agua en Graefenberg, con frecuencia lo aconsejaba á las personas atacadas de estas dolencias; todos los que siguieron evitando la medicina y viviendo segun el régimen prescripto, han aplaudido este método y la prontitud

de la cura. Para el flato, y en general para todo dolor interior; se toma un baño de asiento, no del todo frio, sino un poco mas templado por una hora, dos veces al dia frotando bien el abdomen todo el tiempo que se esté en él; á esto se agregan inyecciones con agua fria una ó dos veces al dia y un vendaje caliente en la cintura.

MAL DE GARGANTA COMUN, EMBARAMIENTO DE PESCUEZO Y TOS.

Se hacen frecuentes gárgaras con agua fria, y se frota la garganta y el pecho varias veces al dia con la mano mojada en agua fria; se usa de un vendaje caliente en el pescuezo y en el pecho por la noche. En los casos obstinados se recurre á los baños de pies y á la transpiracion.

ESQUINENCIA O INFLAMACION DE LA GARGANTA.

Priessnitz ordena los fomentos ó vendajes de agua muy fria en la garganta, gárgaras de agua fria, baños de piés y mucha transpiracion. Una persona que anteriormente se habia curado de la esquinencia con mercurio, tuvo un segundo ataque de esta enfermedad: el método arriba dicho la curó. Cuando á la enfermedad se agrega irritacion febril fuerte, entonces debe el enfermo ponerse en una sábana mojada

DOLOR EN EL PECHO.

Cuando es reumatismo, el tratamiento no se diferencia de la gota descrito anteriormente, se frota bien la parte con la mano mojada y se usa un vendaje ancho ó fomentos desde el pescuezo al estómago por la noche.

OJOS DOLORIDOS.

Se pone la parte posterior de la cabeza en agua fria tres veces al dia por diez minutos, y dos veces al dia un baño de ojos de cinco minutos. Despues que los ojos cerrados están en el agua un minuto, se deben abrir cuatro minutos. Por la noche se debe poner un vendaje caliente en la nuca; esto y el baño de cabeza producen el efecto de sacar la inflamacion de la frente. En los mas de los casos los baños de pies dos veces al dia son benéficos.

HERIDAS.

Se mete la parte herida en agua tibia hasta que cese de sangrar, entonces se pone un vendaje seco; cuando este se pone caliente, se cubre con otro mayor de modo que se estienda mas allá de la parte afectada. Si la herida está en el pié, se deja en el agua una hora dos veces al dia para estraer la inflamacion: se aplica el vendaje dia y noche, pero se continúa en la rodilla ó poco mas arriba para que asi se estienda la circulacion.

RESFRIADO DE NARIZ.

Estos resfriados son considerados saludables, pues alivian el sistema de algunos de los malos húmores. Para curarlos se suerbe á menudo agua fria por la nariz, y se usa un bendaje seco en la frente por la noche.

QUEMADURAS.

Apliquese constantemente á la parte paños mojados sin cubrirlos con los secos.

SORDERA.

Se frota todo el cuerpo dos veces al dia con un paño frio mojado; se pone un vendaje seco sobre las orejas por la noche y se bebe bastante agua; este procedimiento cura frecuentemente la sordera, pero en casos obstinados se debe recurrir á todo el tratamiento.

DOLOR DE OIDOS.

Esta enfermedad requiere el mismo método que la inflamacion de ojos: es decir, que se deben vendar las orejas, é introducirse en el oido hilas bien mojadas en agua fria, y en caso de obstinacion un vendaje de lienzo en la cabeza. El procedimiento sudorífico y el agua fria son indispensables.

DOLOR DE MUELAS.

No hay nada mas sencillo y al mismo tiempo mas eficaz que el método de Priessnitz para el dolor de muelas: se llenan dos vasijas de agua, una fria y otra tibia, se llena la boca de agua tibia y se tiene hasta que empiece á calentarse, y entonces se cambia: entretanto se deben meter las manos constantemente en agua fria y con ellas frotar con violencia toda la cara, las meji-

llas y detras de las orejas; esta operacion se debe continuar hasta que cese el dolor. Tambien es bueno frotar las encias hasta que desangren. Nunca he visto resistir el dolor de muelas á este tratamiento en Graefenberg; algunas veces son necesarios baños frios de piés, no pasando el agua de los tobillos.

TORCEDURAS O EMBARAMIENTO

DE LAS ARTICULACIONES.

Si una torcedura lastima, ó se introduce algun clavo en el pie, se toman baños de piés (tibios) tres veces al dia por media hora ó mas cada vez. La torcedura se debe frotar bien. El agua en el baño debe subir mas arriba de la parte afectada; tambien se debe poner un vendaje frio dia y noche. Si la muñeca está torcida ó la mano herida, se recurre á los baños de codo y se venda el brazo hasta el hombro: estos vendajes siempre se estienden mas allá de las partes afectadas.

FRACTURAS.

Sea antes ó despues de la reduccion de la fractura no hay medios mejores de contener la inflamacion que el agua fria. Se debe aplicar un vendaje frio mojado á la parte dejandolo una hora, y entonces se aplica un vendaje mayor para quitar la inflamacion de la parte. Por ejemplo, si la pierna está herida el vendaje se debe llevar hasta todo el muslo.

ALMORRANAS.

Es bien sabido que las almorranas son causadas por una acumulacion de sangre en los vasos que humedecen los intestinos mayores. Estas están cerradas ó abiertas, es decir, que desangran ó están secas y limitadas á hinchar las venas; hay tambien una tercera especie que escuda humores viscosos.

Esta no es una enfermedad local. Es la parte visible de un estado enfermo de todo el sistema que se manifiesta por la congestion de sangre en los vasos del abdomen.

Su curacion requiere el mas estricto régimen particularmente abstinencias de especias, de licores espirituosos y de alimentos indigestos. El tratamiento en Graefenberg eminentemente depurativo y fortificante, las cura radicalmente.

Cuando la enfermedad está en su principio, cede á un régimen fácil, como el beber mucha agua fria, los fomentos en el abdomen baños de asiento cortos y un procedimiento sudorífico moderado. Pero si las almorramas están ya formadas y supuran, entonces el tratamiento debe ser mas severo y de mas larga duracion. Baños frecuentes de asiento, baños enteros y la ducha concluyen curándolas. El procedimiento sudorífico es indispensable para espeler los malos humores que son á la vez la causa y el efecto de la enfermedad. El uso esterior del agua fria sin lo restante del procedimiento probablemente transformaria la enfermeded en otra aun mas seria, por dejar en el sistema las sustancias viciadas.

DOLOR DE COSTADO.

El tratamiento es el mismo que en la enfermedad precedente cuando la pleuresía es leve, los baños de piés y los fomentos en las partes afectadas son suficientes para curarla.

DYSPEPSIA, INDIGESTION, CONSTIPACION &c.

El estreñimiento es una molestia que amenudo se trasforma en enfermedad. Las causas son varias; las principales son, una vida sedentaria, doblar el cuerpo mientras está sentado, el endurecimiento del hígado, la endeblez ó atomia del conducto intestinal: tambien debemos añadir la costumbre de beber poca agua: para curarlo, es necesario hacer mucho ejercicio, beber bastante agua fria, usar un vendaje de lienzo mojado en el abdomen, y dos ó tres inyecciones todos los dias unas tras de otras, si se requiere. Se deben comer los alimentos frios en vez de calientes, privándose de cosas gracientas ó pesadas. Cuando el estreñimiento es de muchos años, se agregan á este régimén los baños de asiento y de piéz, y las duchas dirigidas al abdomen corrigen la endeblez de esta parte.

INFLAMACION DEL ABDOMEN.

El enfermo atacado de la inflamacion en el abdomen, debe inmediatamente tomar un baño de asiento poco profundo, donde estará mas ó ménos tiempo, segun el estado de su enfermedad; el agua de este baño debe ser tibia, ó mas 62 de Farenheit. Al salir del baño se debe envolver en una sábana mojada aplicandose despues vendajes frios en

el estómago los cuales se deben mudar como una ó dos veces al dia; cada vez que se muda el baño, el enfermo se lavará todo el cuerpo con agua fria. En el intermedio debe beber á menudo agua fria en cantidades pequeñas. Si se trata de personas endebles, de mugeres ó de niños, el agua que se usa para los baños y para lavarse no debe estar enteramente fria.

ENDEBLEZ DE NERVIOS.

Esta enfermedad raras veces se alivia con medicinas, mientras en Graefenberg se cura con seguridad y celeridad, cualquiera que sea su causa. Un teniente tenia los nervios en un estado tan grande de irritacion, que el mas leve ruido, el ladrido de un perro el disparo de una pistola, le causaba tan fuerte dolor de cabeza que perdia el conocimiento. Para aliviar su dolencia se habia acostumbrado á los baños calientes de piés. Cansado de padecer, fué á Graefenberg, transpiró un poco, tomó dos baños frios todos los dias y ademas baños de cabeza y de asiento como medios revulsivos. Este tratamiento no duró mas que tres semanas, despues de lo cual continuó su viaje. Tenia intencion de seguir la cura en su casa. Priessnitz aprobò su resolucion y le aconsejó que anduviese mucho, que subiese cuestas, que cabalgase á menudo para fortalecerse y tambien para ponerse en estado de sobrellevar las fatigas. Fué á Graefenberg otro enfermo con temblores en la parte superior del cuerpo, resultado del escesivo uso de los licores espirituosos. Volvió á su casa radicalmente curado á los dos meses del tratamiento; la transicion del vino al agua no produjo ningun incidente desagradable.

HIPOCONDRIA É HISTERICOS.

El desarreglo del sistema nervioso unido á la inaccion de las funciones del abdomen, causa al enfermo mucha inquietud y disgusto. Estos son los caractéres de esta enfermedad. Para curarla completamente es necesario seguir el tratamiento de Graefenberg. Siendo esta enfermedad tanto moral como fisica, requiere aire puro buenas vistas, sociedad,

un completo cambio en el modo de vivir; todo lo cual requiere una grande influencia en el ánimo del enfermo. Cualquiera que haya vivido con hipocondriacos, debe haber notado la irregularidad de su apetito: un dia comen demasiado, y al otro nada enteramente. El primer consejo que les da Priessnitz, es que beban mucha agua fria durante la comida.

Los hipocondriacos salen de Graefenberg muy contentos: los únicos casos que han fallado son los de aquellos que se han ido demasiado pronto.

DOLOR DE CABEZA.

Los dolores de cabeza se curan casi siempre con baños de piés y de cabeza de quince minutos cada uno. Primero detras de la cabeza y despues de los lados; el primero de diez minutos, los otros de cinco minutos cada uno: luego se debe liar la cabeza con un vendaje de lienzo mojado en agua fria, sin cubrirlo con otro seco: debe beber mucha agua para aliviar el estomago y hacer ejercicio al aire libre. Si los dolores de cabeza volviesen, entonces será necesario transpirar y hacer uso de las abluciones frias.

Para la transpiracion se le debe dar la preferencia á las sábanas mojadas, pues esto calma el dolor. He visto en Graefenberg y en otras partes dolores de cabeza violentos que habian continuado todo el dia, curarse con un baño frio de piés de una hora, ayudado de abundantes porciones de agua fria bebida.

DOLOR DE CLAVO.

Esta es una de aquellas enfermedades que hacen desesperar al médico y tambien al enfermo. Los hombres científicos dicen que es hija de un desacuerdo del sistema nervioso, de donde resulta un aumento de sencibilidad y de irritabilidad; algunos no obstante piensan que nace de los humores, que estos contienen una acrimonia capaz de irritar los nervios y de producir los terribles dolores que caracterizan esta enfermedad; ambas opiniones parece que tienen algun fundamento.

No obstante, yo sostengo como mas rasonable la prime-

ra opinion, por cuanto al principio de la enfermedad es cuando los humores reunen su acrimonia. Hay no obstante un dolor de clavo puramente nervioso. En este la cura con agua fria es tan ineficaz como cualquiera otro método, mientras que el que nace de los humores se cura facilmente en Graefenberg. Hablo con un perfecto conocimiento de esta enfermedad porque la he padecido tres años y he hecho observaciones en muchos que la padecian: ocho meses de tratamiento con perseverancia, me curaron; despues de probar, aunque en vano, todos los remedios de la medicina.

HEMORRAJIA NASAL.

Para sujetar el flujo de sangre de la nariz, se debe lavar con agua fria la garganta y la nuca, y aplicarse al estómago un vendaje de lienzo mojado en agua fria; tambien se deben tomar baños frios de piés, y si es necesario, se toma un baño de asiento y se lava el cuerpo con agua fria. Tambien se contiene frecuentemente poniendo un vendaje mojado en agua fria sobre las partes genitales.

ENDEBLEZ DE LA DIGESTION Y DEBILIDAD DEL ESTÓMAGO.

Estas enfermedades suelen nacer de la intemperancia en el comer y beber. El abuso que se hace de la cerveza en Alemania, consume la salud de muchos jóvenes: tambien suele producirla la irregularidad en las horas de comer, los alimentos y bebidas calientes, los alimentos artificiales sazonados con especias, el abuso del tabaco y sobre todo el fumar despues de comer y el beber cerveza con abundancia en la comida. A todas estas causas debemos agregar el abuso de las drogas, particularmente del mercurio, enfermedades del cútis imperfectamente curadas y mas especialmente la falta de abluciones y de beber agua fria.

Los primeros medios que deben ser adoptados para la curacion del estómago descompuesto, consisten en evitar las causas que se han enumerado. Se sustituye la sobriedad á la intemperancia, la sencillez de la naturaleza á los alimentos artificiales, no se come demasiado ni muy poco en horas fijas, prefiriendo lo frio á lo caliente, no se beben licores espirituosos

de ninguna clase, té, ni café; se almuerza y cena leche fria, se come carne y versas, se evitan todas las irritaciones del ánimo, no se usa mucha ropa, pues impide la circulacion, y á este modo de vivir se agrega mucho ejercicio al aire libre, lavarse y beber agua. Adoptadas estas reglas, se debe usar de un fomento estimulante que cubra el abdomen y la parte inferior del estómago. El paciente debe sudar levemente por la mañana y tomar en seguida el baño frio; por la tarde un baño de asiento y durante todo el tiempo que esté en él, se deben frotar con las manos mojadas todas las partes del estómago y del abdomen. Si se puede procurar la ducha, tanto mejor pero se debe evitar el recibirla en el estómago: si no se puede usar la ducha, entonces se puede rociar el cuerpo con agua fria, principiando por las espaldas, haciendo que el agua descienda al abdomen. A estos medios se agregará el beber agua fria, teniendo cuidado de no beber mucha de una vez particularmente en las comidas; el mejor tiempo para beber agua fria es en ayunas. Se hará bastante ejercicio, pero moderandolo por la tarde y evitando el gran calor.

Ví llegar á Graefenberg un enfermo que habia tomado una cantidad considerable de mercurio; habia sentido por varios años dolores en el estómago, acompañados de dolores de cabeza; estos le volvian de doce en doce horas y lo privaban de todas sus facultades, particularmente de la digestion. En vano hizo uso de las medicinas, pues no obtuvo el mas mínimo alivio. Quedó completamente curado en Graefenberg, no solo de sus dolores y de su mala digestion, sino tambien se purificó su sistema, habiendo sudado todo el mercurio de que estaba saturado el cual sin duda era origen de su enfermedad. Su tratamiento fué el que he descripto.

FLATO ARDIENTE.

La costumbre de comer demasiado, el uso de alimentos grasientos de dificil digestion, y una vida demasiado sedentaria, son generalmente las causas de esta enfermedad.

Se estirpa con suceso bebiendo agua por la mañana temprano hasta que produzca vómitos ó diarrea: entonces se quita la enfermedad si no es muy antigua; si lo és se hace crónica y se debe tratar con sudorificos, baños y abluciones.

El líquido ardiente que sube del estómago á la garganta es muchas veces causado por la abundancia de alimentos grasientos que se sirven en la mesa. En el periodo de la crisis aparece frecuentemente para la espulsion de los humores, parte de los cuáles se evacua por las primeras vias. Yo fuí atacado agudamente de él en este periodo del tratamiento, y una diarrea que provoqué tomando mucha agua fria durante dos dias, me curó completamente.

PÉRDIDA DE SUEÑO.

Sobriedad en la mesa, bastante ejercicio al aire libre y abluciones con agua fria, son los remedios mas eficaces para esta clase de incomodidad. Las abluciones que se deben hacer al meterse en la cama son mas eficaces que los baños. La falta de sueño en los niños se cura con la aplicacion de la sábana mojada.

EPILEPSIA.

Priessnitz no se encarga de curar esta enfermedad. Piensa que con solo los baños frios y beber agua fria en abundancia se aliviará algun tanto.

ENFERMEDADES DEL ABDOMEN.

Todas las enfermedades del abdomen, cualquiera que sea su nombre se curan en Graefenberg. Son en general las resultas de congestiones, empachos y obstrucciones de los órganos que encierra y de su atonia. Disolver aquellas y fortalecer estos, son los grandes objetos que hay que conseguir, y para esto el método adoptado por Priessnitz está admirablemente calculado y es seguro con el auxilio del agua, del aire, del ejercicio y del régimen. En Graefenberg encontré un número crecido de enfermos que por muchos años no pudieron hacer evacuaciones, escepto con el poder del arte: á estos los curó Priessnitz en menos de quince dias. No hay duda que el nuevo método de vida contribuyó muy poderosamente á ello y no podemos dejar de repetir, lo necesario que es en esta dolencia seguir estrictamente las reglas del régimen, que son tomar por la mañana y por la tarde leche fria, privarse de todos los alimentos cálidos, y no usar licores espirituosos ni especias.

DIARREA.

Cuando la diarrea es reciente, es suficiente el beber agua fria, usar un fomento en el estómago, y comer solamente alimentos fáciles de digerir. La diarrea es muchas veces obra de la naturaleza para espeler los humores dañinos: esta no se debe cortar. Si por el contrario es crónica ó está acompañada de debilidades, el método de Priessnitz es maravilloso para efectuar la cura. Los baños de asiento son beneficos; se deben repetir tres ó cuatro veces al dia, por media hora cada uno. Es necesario beber agua fria en abundancia, y usar inyecciones de agua fria, comer poco, no hacer ejercicio, y aun es mucho mejor estar en cama. Durante el tiempo que estuve en Graefenberg, ví llegar á un enfermo que habia tenido una diarrea por espacio de seis semanas que lo redujo á la consuncion: Priessnitz lo curó en pocos dias. En el capítulo del cólera hay diarreas crónicas en que la abundante evacuacion de las muscuosidades, alternadas con el estreñimiento, son ocasionadas por una profunda debilidad de los intestinos: aquì las inyecciones frias son de grande alivio. Estas diarreas se deben solo curar con un largo uso de agua fria, lo que finalmente restablecerá y dará su tono propio á los órganos del abdomen.

NAUSEAS Y BOMITOS.

En Graefenberg la nausea, los vómitos y el vértigo, son frecuentemente producidos por el tratamiento. Nada se usa para curarlos sino mucha cantidad de agua fria bebida hasta que los síntomas desaparezcan: una recaida, aunque sea repetida, no requiere otro remedio: á esto se añade una estricta abstinencia de alimentos indigestos, y mucho reposo del ánimo, y del cuerpo. Cuando las nauseas y los vómitos son una enfermedad esencial del estómago, es indispensable todo el tratamiento de Graefenberg. El procedimiento sudorífico y los medios baños son de notable eficacia.

COLICOS.

Estos siempre se quitan con baños de asiento, fomentos ó vendajes en el abdomen, inyecciones y beber agua en abundancia aun cuando sean de naturaleza reumática.

CONGESTIONES DE SANGRE.

Las acumulaciones de sangre son generalmente á la cabeza, y empiezan despues de la comida ó bebidas calientes y estimulantes, como despues de algunas escitaciones estraordinarias. Las personas sujetas á esta dolencia deben abstenerse de bebidas ó alimentos de naturaleza estimulante, comer con moderacion, beber mucha agua en la mesa, hacer un poco de ejercicio despues de las comidas, evitar las disenciones violentas, y las irritaciones fisicas ó morales. Todas las ocupaciones del entendimiento, despues de las comidas inmediatamente, son dañosas. Debe agregarse á este régimen el uso de agua fria en bebida, tambien las inyecciones y los baños de asiento, estando en estos al menos de media á una hora, no olvidando ponerse vendajes mojados en agua fria, que deben repetirse á menudo en las partes afectadas para fortalecer los vasos inactivos y entonar la endeblez de los órganos. Muchas veces un baño frio de piés y los vendajes frios, son suficientes para curar la cabeza. La cura de esta enfermedad se efectúa sin el procedimiento sudorífico, porque este causaria un flujo de sangre á la dicha parte.

SOMNOLENCIA.

El adormecimiento, sujeto á frecuentes repeticiones, nace muchas veces de las malas digestiones, particularmente de sobrecargar el estómago. Esto se remedia moderándose en la comida y bebida. Cuando aparece, se debe aplicar un vendaje frio en el abdomen; deben tomarse dos inyecciones de agua fria todos los dias y beber mucha agua fria, particularmente por la mañana. Los baños enteros, las abluciones de todo el cuerpo, y los baños de cabeza, son los remedios á que se debe recurrir: despues de estos la cabeza se debe frotar y secar bien. Es bueno repetir el baño de cabeza y las frotaciones al meterse en la cama. Despues de las comidas, en lugar de quedarse en casa se debe hacer ejercicio.

VOMITOS Y ESCUPOS DE SANGRE.

El de sangre de estos órganos puede sobrevenir á los que padecen almorranas. Se deben tomar baños de asiento y

usar por la noche vendajes en el pecho. Se deben evitar toda clase de irritaciones, y observar un entero reposo del ánimo y del cuerpo. Es indispensable beber agua fria en abundancia. El de sangre de los pulmones, efecto de consuncion pulmonar, no es curable con agua fria. Es inútil añadir que la grande sobriedad y abstinancia de todas bebidas calientes deben acompañar á este método.

HEMORRAGIA UTERINA.

En las hemorragias de la matriz se aplican vendajes frios en el abdomen, y si estos no son suficientes se debe inyectar agua fria en la matriz: á estos medios se debe agregar beber agua en abundancia. Este tratamiento requiere la consulta de quien esté práctico en la hidropathia.

MENSTRUACION IREGULAR.

Se establece el órden en está importante funcion con las transpiraciones moderadas, las abluciones frias generales y bebiendo mucha agua. Son innumerables los ejemplos de curas de esta enfermedad en Graefenberg.

PREÑEZ.

La esperiencia ha hecho ver la utilidad de las abluciones frias y del ejecicio al aire libre para las mugeres que están en cinta; á lo cual se debera añadir un régimen sencillo y beber mucha agua fria, sin hacer uso de vino, de café ni de licores. Madama Priessnitz está acostumbrada, durante las seis semanas anteriores al parto, á tomar un baño frio todos los dias. A esto debe la felicidad de un ligero y facil parto, y el pronto restablecimiento en la salud.

FLORES BLANCAS.

Encuetran estas una cura cierta en Graefenbeg. Los baños de aciento son los que frecuentemente logran este objeto; pero en general este baño debe acompañarse de abluciones frias y de ejercicio.

CALAMBRES DEL ESTOMAGO.

El calambre en el estomago es casi siempre hijo de la falta de régimen aunque algunas veces proviene de retropulsion de las enfermedades cutáneas, ó por alguna enfermedad

orgánica del estómago. Este vicio es generalmente canceroso, y deja muy pocas esperanzas de curacion,

Las personas atacadas de calambres en el estómago deben usar alimentos frios, llevar constantemente un fomento en el estómago, sudar todos los dias, tomar dos ó tres baños de asiento, y beber bastante agua, particularmente cuando tienen el dolor; evitar cuidadosamente las bebidas calientes, y todas las afecciones que pudiesen atraer la melancolia

A un consejero que habia padecido calambres fuertes en el estómago por espacio de catorce años se le ordenó durante el parasismo, que bebiese agua fria hasta que produjese vómitos; los dolores se le aumentaron por el pronto, pero no le volvieron mas.

CAPITULO 11°

CURA DE ANIMALES.

El tratamiento del caballo ú otro animal enfermo en Graefenberg, es parecido al de el hombre. Hemos dicho que los medios de la curacion son cuatro; el agua, el aire, el ejercicio y el régimen. El cuadrúpedo está escento del último, pues este no se puede ordenar sino á los individuos que están colocados fuera de los limites de la naturaleza, en que nunca están los caballos.

DEL USO ESTERIOR DEL AGUA FRIA.

Los baños enteros, los de piés, las duchas y los vendajes constituyen todo el tratamiento esterior que se requiere para un caballo: tambien se debe agregar la frotacion del cuerpo del animal por algunas horas con paja mojada. Esta operacion es de grande eficacia pues estrae los humores estancados, reanima los miembros medio paralisados, y fortalece las articulaciones. La ducha se aplica por medio de una bomba de incendio, los baños tienen la propiedad de dar tono á la piel y á los nervios. Los vendajes para el caballo son lo mismo que los que se usan para los hombres; estos son de dos clases; calentadores y refrescantes.

USO INTERIOR DEL AGUA FRIA.

Hay dos modos de aplicar el agua interiormente: esto es, en bebida ó inyeccionos en las cavidades: las abluciones forman la parte mas importante del tratamiento.

PROCEDIMIENTO SUDORIFICO.

Este es el mismo para los caballos que para los hombres, y muchas veces son suficientes para efectuar una cura, pues la mayor parte de estas enfermedades procede de la supresion de la transpiracion despues de un ejercicio violento. Antes de sudar el animal se debe frotar bien por abajo. Despues del sudor, todo el cuerpo del animal se debe sumergir en un baño frio que fortifique su cuerpo.

Si no hay ningun rio en las inmediaciones, se suplirá su falta echándole varios cúbos de agua por el cuerpo. Despues de ejecutada esta operacion, se debe procurar que el animal haga ejercicio.

Para hacer sudar á un caballo se le debe frotar bien por algun tiempo, envolverlo despues en mantas, escepto la cabeza. Si este procedimiento no hace efecto, se le debe frotar otra vez, y despues cubrirle con una sábana mojada, poniendole encima la manta. Esto producirá el efecto deseado. Asi que empiece la transpiracion se le debe dar á beber agua en cantidades pequeñas; pero con frecuencia. Despues de haber transpirado lo suficiente, se le deben quitar todas las mantas y sábanas y al mómento lavarle todo el cuerpo con agua fria, frotarlo, y que haga un ejercicio moderado.

Este tratamiento se debe repetir hasta que el animal esté perfectamente restablecido.

Las enfermedades siguientes han sido tratadas en Graefenberg.

ENDEBLEZ PARALITICA DE LOS MIEMBROS Y TORCEDURAS.

En Graefenberg estas enfermedades son generalmente tratadas con suceso por las fricciones de agua fria, dadas por hombres que se relevan cuando están cansados. Estas fricciones amortiguan el calor, y deben ser seguidas de venda-

jes cálientes. He visto desaparecer la endeblez de las caderas y del lomo á las veinte y cuatro horas de este tratamiento, tambien se usan las duchas, que en estos casos son de un efecto maravilloso.

INFLAMACIONES ESTERNAS Y LLAGAS.

Despues de haber limpiado la llaga, se debe cubrir con un vendaje caliente, este se debe cambiar á menudo. Si la inflamacion es fuerte y el calor escesivo, para refrescar la masa de la sangre, el animal se debe meter en el agua, pero sin mojar la llaga: en caso de fiebre, el cuerpo del caballo se debe cubrir con el lienzo mojado, sobre el cual se pone una manta bien sujeta para promover la transpiracion, cuando esto se ha continuado por algun tiempo, se aplica agua fria como antes.

La inflamacion interna procede de dos causas: primera de la cómpresion de la silla que llaga la carne; y segunda de los golpes qne recibe el caballo. Asi que se note que el caballo se ha lástimado con la silla, se le quita, y frotándole bien en seco, se le pondrá sobre la llaga un vendaje calentador, es decir, un vendaje mojado cubierto con otro seco, y bien atado. Debe observarse que este vendaje calentador se cambia con frecuencia, pero siempre antes de renovarlo se le frotará bien la parte afectada con paja bien mojada en agua fria, las partes inmediatas á la llaga se deben tratar del mismo modo. Este procedimiento es tambien útil en casos de obstrucciones en la garganta, y se deben repetir á menudo como se vayan calentando los vendajes. Cuando el calor ha desaparecido el vendaje refrescante debe reemplazar al ótro, es decir, un vendaje mojado sin poner el otro seco sobre él. Antes que este se seque del todo se debe renovar, teniendo cuidado de frotar bien las partes afectadas cada vez que se mude, pues las hacen menos sensibles cuando están espuestas. Esto da elasticidad á la llaga y es causa de que circulen los humores parados, produciendo la transpiracion natural.

Para la inflamacíon que proviene de algun golpe, sea reciente ó antiguo, el tratamiento es el siguiente: en el primer ca-

so se ocurre á los vendajes frios, y á las fricciones con paja mojada. Cuando la inflamacion cede, los vendajes calentadores deben reemplazar á los frios. Al mudar los vendajes se tendrá cuidado de frotar bien las partes afectadas para evitar que se endurescan. En las inflamaciones antiguas se deben aplicar los vendajes calentadores repitiendo frecuentemente las frotaciones.

VÉRTIGOS.

La sangria en esta enfermedad da un alivio temporal, pero no es posible por este medio efectuar la cura, pues la causa de la enfermedad aun existe. Esta causa no es mas que una falta de transpiracion y de energia en la piel. Los humores que causan la transpiracion se mezclan con la sangre, la alteran y la espesan, lo cual produce la estagnacion de ella, que regularmente se agolpa al cerebro. Esta debe ser la verdadera solucion de la causa de la enfermedad; porque una sola frotacion de la piel, fuertemente aplicada con paja mojada es suficiente para curarla en su principio. En casos graves se debe hacer sudar al animal, teniendo siempre cuidado de frotarle bien todo el cuerpo con agua fria despues de la transpiracion. Durante este tratamiento, debe la cabeza del animal mojarse con agua fria cada hora, y se debe alimentar con yerba fresca. La ducha es de la mayor utilidad.

FALTA DE APETITO.

Si las frotaciones repetidas con frecuencia no producen el apetito, se debe hacer sudar al animal, como en los otros casos.

AGUADURA DE LOS CABALLOS.

Un caballo forzado al trabajo está sujeto á contraer esta enfermedad. Esta se cura con las fricciones, con el procedimiento sudorífico, y con la ducha. Antes de sudar se le

---

NOTA. A los animales enfermos se les debe dar la agua fria, y cuando están sanos debe ministrárseles libremente.

debe frotar con energia, é inmediatamente despues de la transpiracion se le debe mojar todo el cuerpo y darle un paseo despasio, cuidando de que constantemente tenga puestos los vendajes calentadores: se frotan ademas sus patas frecuentemente con agua fria: para este procedimiento se le debe meter en un baño de piés varias veces al dia.

GARROTILLO.

En Graefenberg he visto curar facilmente esta enfermedad con el procedimiento sudorífico y con el ejercicio.

Es mucho mejor atraer por el sudor los humores que obstruyen las glándulas á la piel, que echarlos á los pulmones, de donde se evacuan por las ventanillas de la nariz. Estos medios de evacuacion son naturales cuando no está obstruida la piel. Abriendo los poros de los órganos cutáneos, la supuracion por las ventanillas de la nariz del animal cesará al instante.

FIEBRE.

El tratamiento de esta enfermedad consiste en fricciones enérgicas y generales, á lo que se debe añadir el procedimiento sudorífico. La fiebre inflamatoria se cura con las fricciones fuertes por todo el cuerpo del animal continuadas por mucho tiempo. Despues de esto se le mete en un baño frio bastante hondo, donde se debe tener hasta que empiese á temblar. Al salir del agua el animal, se le debe frotar otra vez, y envolver en una sábana mojada, y sobre esta se le ponen mantas, para que atraiga el sudor: se debe repetir esto mismo hasta que secen todos los síntomas de la fiebre.

TIRO.

Las friccions, la ducha y la transpiracion son los remedios para esta enfermedad. Durante los intervalos de su aplicacion se deben poner vendajes frios en las partes afectadas. Es necesario hacer andar al animal tan pronto como se pueda mover.

La irritacion de la piel impide la contraccion de la quijada. La eficacia del agua en esta dolencia es conocida en Inglaterra muchos años ha. Me acuerdo haber leido en el diario de Chelmsford, que el dueño de un caballo de mucho valor, despues de haber hecho uso sin fruto de todos los demas remedios, echó sobre el animal (desde alto) muchas cuarterolás de agua haciendo que le cayesen con fuerza sobre el lomo. En seguida envolvió al caballo en paños calientes, y por estos medios tan sencillos quedó curado perfectamente. Este tratamiento se aplicó tambien á un caballo de un conocido mio en Gloucestershire con el mismo suceso.

FIN.

CAP. INDICE. PAG.

—*Prefacio del Autor* 1
1—*Hidropathia* 13
—*Agua* 14
2—*Vicente Priessnitz* 20
3—*Método hidropáthico* 25
—*Drogas* 30
4—*Hidrosuterapia ó sudor y el baño* 32
5—*Abluciones* 36
—*Aplicaciones de sábanas y vendajes mojados* 37
—*Uso del agua fria en bebida é inyecciones* 42
6—*Baños* 44
—*Medio baño* 46
—*Baños de piés* 48
—*Id. de cabeza* 49
—*Id. de dedos* 50
—*Id. de ojos* ..... *id.*
—*Id. de piernas* 51
—*Id. de duchas* ..... *id.*
—*Id. de asiento* 53
7—*Ropas, aguas minerales* ..... *id.*
8—*Régimen segun lo prescribe Mundé* 54
9—*Observaciones* 56
10—*Método hidropáthico de curar las enfermedades* .. 61
—*Gota y reumatismo* ..... *id.*
—*Fiebre intermitente* 69
—*Hidropesia* ..... *id.*
—*Cancer* 70
—*Cólera* ..... *id.*
—*Disenteria* 73
—*Ostrucciones de las articulaciones* ..... *id.*
—*Sabañones* 74
—*Frialdad habitual de los piés* ..... *id.*
—*Sudor fétido de los piés* ..... *id.*
—*Inflamacion de pecho* ..... *id.*
—*Escrófulas raquitis* 76
—*Escarlatina, sarampion, viruelas* ..... *id.*
—*Erisipela* 78
—*Tos convulsiva, y otras enfermedades en la infancia y niñez* 79
—*Inflamacion del cerebro* ..... *id.*
—*Opthalmia, ó inflamacion de los ojos* ..... *id.*
—*Dolores en los ojos y endeblez en estos órganos.* 80
—*Sarna y empeines* 81
—*Enfermedades mercuriales* ..... *id.*
—*Ulceras* ..... *id.*
—*Sífilis* 82
—*Gripe, catarro, frialdad en la cabeza* ..... *id*
—*Mal de Garganta comun, embaramiento de pescuezo*

y tos 83
—*Esquinencia ó inflamacion de la garganta* ..... *id.*
—*Dolor en el pecho* ..... *id.*
—*Ojos doloridos* ..... *id.*
—*Heridas* 84
—*Resfriado de nariz* ..... *id.*
—*Quemaduras* ..... *id.*
—*Sordera* ..... *id.*
—*Dolor de oidos* ..... *id.*
—*Id. de muelas* ..... *id.*
—*Torceduras ó embaramiento en las articulaciones* .. 85
—*Fracturas* ..... *id.*
—*Almorranas* ..... *id.*
—*Dolor de costado* 86
—*Dyspepsia, indigestion, constipacion, &c* ..... *id.*
—*Inflamacion del Abdomen* ..... *id.*
—*Endeblez de nervios* 87
—*Hipocondria é histericos* ..... *id.*
—*Dolor de cabeza.* 88
—*Id. de clavo* ..... *id.*
—*Hemorrajia nasal.* 89
—*Endeblez de la digestion; y debilidad del estómago* .. *id.*
—*Flato ardiente* 90
—*Pérdida de sueño.* 91
—*Epilepsia.* ..... *id.*
—*Enfermedades del abdomen* ..... *id.*
—*Diarrea* 92
—*Nauseas y vómitos* ..... *id.*
—*Colicos.* ..... *id.*
—*Congestiones de sangre* 93
—*Somnolencia* ..... *id.*
—*Vómitos y escupos de sangre* ..... *id.*
—*Hemorragia uterina.* 94
—*Mestruacion irregular* ..... *id.*
—*Preñez.* ..... *id.*
—*Flores blancas* ..... *id.*
—*Calambres del estómago* ..... *id.*

—❁❁❁—

11—*Cura de animales.* 95
—*Uso esterior del agua fria.* ..... *id.*
—*Id. interior de id.* 96
—*Procedimiento sudorífico* ..... *id.*
—*Endeblez paralítica de los miembros y torceduras* .. *id.*
—*Inflamaciones esternas y llagas* 97
—*Vértigos* 98
—*Falta de apetito* ..... *id.*
—*Aguadura de los caballos* ..... *id.*
—*Garrotillo* 99
—*Fiebre* ..... *id.*
—*Tiro* ..... *id.*

WELLCOME LIBRARY INSTITUTE